

Índex

Presentació del projecte	4
El problema que volem resoldre	5
La nostra empresa	8
Pla de negoci	9
Funcionalitat de l'app	11
1. Configuració	13
2. Moodtrack	15
3. Diari	17
4. El Test d'Emocions	19
Prototip de l'App a Balsamiq Wireframes	22
Estat actual de desenvolupament	35
Conclusions i valoracions	47

Presentació del projecte

Actualment, a molts adolescents els hi costa entendre el que estan sentint. A més, mai se sap què fer amb aquestes emocions. Per això, nosaltres hem ideat una aplicació que ajudi als adolescents amb aquest problema que estarà present durant tots aquests anys de creixement i formació de vincles.

Gràcies a l'aplicació "Mood Garden" es podran conèixer millor a si mateixos. Es trobaran diferents apartats per l'autoconeixement i per identificar les emocions.

L'aplicació compta amb un "moodtrack", una eina senzilla per portar un registre habitual dels teus dies. A més, un diari per aprofundir més en aquest aspecte d'emocions durant les 24h del dia. Tot això guardat a una base de dades al núvol.

A més, un test per entendre els teus sentiments al moment, i així resoldre el primer problema que hem plantejat.

Amb aquestes eines simples de fer servir, i una mica de consistència, l'usuari podrà arribar a conèixer-se millor a si mateix i als seus sentiments.

El nostre projecte té com a objectiu ajudar amb la Salud i el Benestar, un dels objectius de desenvolupament sostenible plantejats per l'ONU.





El problema que volem resoldre

Molts adolescents tenen dificultats per a entendre i expressar les seves emocions, cosa que els dificulta, entre altres coses, conèixer-se a si mateixos, decidir pel seu compte i trobar els seus objectius. Haurien de descobrir una manera d'aprendre sobre aquest tema, i un mètode sa de gestionar cadascuna de les seves emocions sense castigar-se a ells mateixos per no conèixer-les, i així aconseguir resoldre el problema. A més, només es coneixen les emocions bàsiques, quan això no és ni blanc ni negre.

L'aplicació que hem ideat ajuda a reconèixer aquestes emocions mitjançant un test de preguntes senzilles que es respondran en escala. Com a resultat no es donarà una sola emoció, ja que així s'evita el problema de pensar que les emocions són limitades, que són només blanc o negre. Tot això amb l'afegit que es donaran alternatives per deixar sortir totes aquestes emocions de manera sana, per facilitar la gestió d'aquestes.

A més, té dues eines que serveixen per conèixer-se millor a poc a poc. Un diari i un moodtrack. Totes dues eines són molt fàcils de fer servir però al mateix temps molt útils a l'hora de créixer com a persona. Amb aquestes eines, l'usuari pot escriure i reflexionar sobre els seus sentiments, amb l'opció de tornar enrere sempre que ho senti necessari.

Com anteriorment hem esmentat les principals persones afectades per aquest problema acostumen a ser adolescents i preadolescents, ja que es troben en etapa de desenvolupament tan físic, però més important, emocional.

Fent servir aquesta aplicació, aconseguiran de manera més senzilla organitzar aquests sentiments. Amb això, el seu desenvolupament pot arribar a ser molt més sa.

Igualment, en aquesta aplicació és molt crucial que l'usuari posi de la seva part. Aquestes eines funcionen, però es necessita consistència, per això fem servir diferents eines, com ara l'estètica, per fer que l'aplicació sembli més fàcil d'utilitzar i més relaxant, i així conservar la motivació de l'usuari. Aquest és un problema que es troben en el seu dia a dia tota la vida, però sobretot en aquesta època de créixer, d'establir relacions i vincles, i decidir respecte al que els ofereix el futur.

A l'hora d'establir aquestes relacions, és molt important identificar que és el que t'està fent sentir cada persona i les seves accions, per així poder evitar situacions de toxicitat o de malestar innecessari.

Llavors en conèixer-se millor a si mateixos, podran tenir més facilitat a l'hora d'entendre si aquestes persones, aquestes accions, etc., els hi faran sentir bé a la llarga. Per això una eina com el diari oferit per l'app pot ajudar molt en el moment d'aprendre a identificar quines coses et fan sentir de la manera que et fan servir.

És un conflicte intern que portes a totes parts amb tu, i encara que principalment se sofreix en l'adolescència, en realitat t'acompanya tota la vida allà on vas, des d'estar amb el teu grup d'amics, amb la teva família o fins i tot a soles a la teva habitació.

En poder obrir-te amb les eines de l'aplicació, tot i no ser una persona, pots treure totes aquestes emocions que tens dins i exterioritzar-les. Sumant les eines oferides per desfogar-se que hi pots trobar a l'app, l'usuari adolescent podrà alliberar els seus sentiments i no guardar-los dins fins no poder més.

Tot això ocorre perquè mai s'ha parlat bé sobre aquest tema: estem acostumats a sentir que quan un està trist plora (cosa que invalida a les persones que no ho fan), però per desgràcia també estem acostumats a sentir la frase "hauries de deixar de plorar" des que som nens, fent-nos sentir avergonyits d'expressar les nostres emocions negatives. Això no només passa amb les negatives, fins i tot molta gent s'avergonyeix d'expressar la seva felicitat o altres, de la manera que se sent més còmode.

Llavors la nostra aplicació ajuda, principalment, perquè et dona el temps que necessites per dedicar-te a entendre't a tu mateix, un temps del qual moltes persones es priven, creient que no és totalment important, quan efectivament, sí que ho és.

L'app és només una eina d'ajuda. Al final, el temps per tu, no t'ho dedicarà ningú més que tu mateix, i l'aplicació només et dona les eines per fer-ho i entendre millor la teva manera de ser.

La nostra empresa

:

La cap de la nostra empresa és la **Rosario Requena** i també s'encarrega de la part artística i de disseny.

En la part tècnica i de programació tenim a la **Lili Seeley** que també s'encarrega de la comunicació amb altres idiomes.

Per acabar, tenim com cap d'investigació a la Nerea Rodríguez.



Pla de negoci



La nostra proposta de valor és simple: T'ajudem a aprendre sobre tu mateix, la manera que tens de sentir, i que signifiquen totes les emocions que pateixes, juntament amb recomanacions i música per gestionar-les de la millor forma possible. Juntament amb la revisió habitual de l'aplicació per oferir sempre un producte de la millor qualitat possible.

Tot això es pot aconseguir gràcies a les diferents eines que es poden trobar dins de l'App, com ara el test per adquirir coneixements sobre les teves emocions, o el diari i el moodtrack per conèixer-te millor.

La relació amb els clients és mitjançant l'aplicació per a telèfon mòbil. Tot i això, també comptem amb una pàgina web i actualitzacions del nostre test d'emocions cada tres mesos.

Amb això, els canals per on es podrà descarregar la nostra aplicació serien Google Play, ja que és una App dissenyada per Android, l'enllaç de descàrrega de la nostra pàgina web i codis QR que es trobaran als cartells promocionals.

Els nostres clients són escoles i universitats, que tenen alumnes adolescents als quals els hi pot anar molt bé una eina per millorar la seva salut mental, conèixer com funcionen totes les emocions que estan sentint i per ajudar durant el seu desenvolupament. A més, centres de psicologia que puguin fer servir aquesta eina per ajudar als seus pacients a sentir-se millor i a descobrir recursos per no patir les seves emocions d'una manera que pugui resultar perjudicial.

Les principals vies d'ingrés serien aquests centres de psicologia, i les escoles i les universitats ja mencionades, juntament amb la venda de dades de l'usuari i el pagament de les empreses que volen promocionar-se a través de MoodGarden.

Funcionalitat de l'app

El mapa de funcionalitats de la nostra App mostra les principals idees amb els seus subapartats. Des de Moodgarden surten les branques més importants de l'App: La configuració, el diari, el test i el moodtrack.





1. Configuració

La configuració és una part molt important d'aquesta aplicació.

Té diferents apartats, el primer d'ells és l'idioma. Abans de configurar el teu compte, has de saber que estàs escrivint i a què estàs responent, per això volem que la nostra aplicació tingui un mínim de 3 idiomes diferents, fent-la més accessible per tothom.

Per començar, ha d'estar en anglès, ja que és el llenguatge universal. Després, també hi haurà l'opció per canviar-ho a català o castellà, perquè són les llengües que es parlen a Catalunya.

Un cop escollit l'idioma, és de total importància registrar-se, ja que la nostra aplicació guardarà les dades al núvol. Tots els registres dels diaris i el moodtrack, dels quals parlarem més endavant, s'han de guardar en algun lloc per poder accedir-hi més endavant.

S'introduirà a una casella de text un nom d'usuari, una contrasenya i el correu electrònic. Aquest últim és especialment important per si l'usuari s'oblida de la seva contrasenya i/o nom d'usuari, poder recuperar el seu compte i no perdre tot el que ha escrit i enregistrat.

Sense els registres i el compte, la idea principal d'aquesta aplicació, que, al cap i a la fi, és conèixer-se millor a un mateix, no tindria gaire sentit.

Si la persona que fa servir l'aplicació mai torna enrere per mirar, pensar i reflexionar, no en tindrà coneixement del seu canvi i progrés, que li fa sentir com li fa sentir i com funcionen les seves emocions.

Un altre apartat interessant que volem oferir, tot i que és una mica més trivial, és el fet de poder canviar la paleta de colors.

S'oferiran quatre paletes de color en total, comptant la inicial. Totes elles consistiran en colors calmats i tirant cap a pastel. Dues d'elles tindran colors més càlids, mentre que les dues altres, colors més freds.

Aquest apartat és una mica més trivial, però en el fons, creiem que una persona se sent més motivada a fer servir una aplicació si se sent atreta estèticament per aquesta, i que millor manera que escollint els colors. També, hi apareixeran frases motivacionals a la pantalla d'inici, amb una opció per reflexionar sobre el significat d'aquestes frases.

#fef5ed					#feffd5	
#d3e4cd					#FFEEBB	
#ADC2A9					#FFDCB8	
#99a799					#ffc1b6	
#F4EEFF					#FCF8E8	
#DCD6F7					#ECDFC8	
#A6B1E1					#ECB390	
#424874					#DF7861	
]		català				
	idioma	castellà				
		anglès				
		nom d'usuari				
configuració	registre	contrasenya				
		correu electro	ónic			
		aspecte flora	al	verd		
				bolets i flors		
	estética	frases inspir	adoras	al iniciar pantalla	que et doni l'opció descriure sobre les frases	
	0010104					
		paleta paste		caimada		13
				poder canviar	la paleta de colors	

2. Moodtrack

La primera pantalla de l'aplicació és el moodtrack. Aquesta secció consisteix en una forma senzilla de portar un registre dels teus dies diàriament.

El moodtrack de la nostra aplicació serà setmanal, perquè creiem que si el fem massa llarg, com per exemple d'un mes, l'usuari no recordarà perquè aquell dia va ser bo o dolent i no podrà reflexionar al respecte.

Tots aquests moodtracks setmanals estaran numerats per setmanes, això té a veure amb una funció explicada més endavant.

La idea és que la persona que està fent servir l'aplicació pugui pintar una flor d'un color d'una escala de bo a dolent respecte al seu dia. Aquesta opció pot arribar a ser molt semblant al diari, amb la diferència de què és molt més fàcil de registrar, ajudant a l'usuari a no perdre l'hàbit.

L'escala serà segons si el dia ha sigut bo o dolent. No ho hem fet de les emocions perquè es limitaria el nombre d'emocions, la qual cosa ens porta al problema principal un altre cop: el poc coneixement sobre les mateixes emocions.

Així i tot, si un dia és bo o dolent està directament lligat amb les emocions, perquè és difícil que una persona tingui un bon dia si s'ha sentit malament.



L'escala segons com ha anat el dia

Molt bon dia	#ffd422
Bon dia	#ffe888
Dia neutre (ni bo ni dolent, mixt)	#ff921f
Mal dia	#ff7777
Molt mal dia	#ff2c2c

També l'aplicació donarà l'opció de tornar a veure els teus registres anteriors, ja que no serveix de res mantenir aquest hàbit per deixar-ho tot en l'oblit. Amb el clic d'un botó a la pantalla del moodtrack, serà possible accedir a la resta d'ells.

Hi haurà un buscador on hauràs de posar el número de setmana que estàs interessat a veure, i així podràs accedir de manera ràpida sense haver de navegar entre tota la resta de setmanes. Si s'hagués de buscar entre totes les setmanes, l'usuari no se sentiria motivat per tornar-hi i recapitular sobre els seus dies.

Aquesta informació estarà emmagatzemada al núvol, i, per tant, és important que l'usuari es registri al principi.

La idea és que si l'usuari es desinstal·la l'aplicació, no desapareguin totes les seves dades i que ho pugui recuperar tot. També, si s'instal·la l'aplicació a un altre dispositiu, poder sincronitzar les seves dades.

3. Diari

El diari és un espai de la nostra aplicació que serveix per expressar com et sents, el teu dia a dia, el teu estat d'ànim... És una eina molt útil per conèixer millor a la teva pròpia persona, per desfogar-te i per créixer personalment.

Aquí l'usuari podria portar un registre més detallat del seu dia a dia. Quan s'entra al diari, es reprodueix una música calmada, i hi haurà un botó per aturar aquesta música en cas que l'usuari així ho desitgi.

Aquesta funció podrà relaxar a l'usuari en cas que se senti malament, però és important que hi hagi un botó per aturar-la en cas que aquesta música només li faci sentir-se pitjor o més amoïnat.

A la pista de text, hi hauran determinades idees base:

- → "Com has estat avui?"
- → "Què és el millor que has fet?"
- → "T'ha passat alguna cosa que t'ha fet sentir malament?"
- → "Què agraeixes el dia d'avui?"

Aquestes preguntes serveixen perquè la persona no es quedi en blanc a l'hora d'escriure l'entrada. A més, l'ajudaran a veure que no tot el que ha fet o ha passat és dolent, i encara que no hagi sigut un dia gaire bo, hi ha motius per sentir-se orgullós de si mateix i que no tot han sigut coses dolentes.

Les preguntes, a més, li donaran a l'usuari l'oportunitat de reflexionar sobre les coses que l'han fet sentir malament, el perquè l'han fet sentir d'aquesta manera, i si de veritat és un problema tan gran com li havia semblat de primeres. Al diari, s'han de poder afegir imatges i vídeos per si la persona que escriu vol parlar d'aquestes en particular, o simplement com a record. Aquestes imatges i vídeos poden fer recordar a l'usuari moments divertits i especials del seu dia.

Introduirem una opció de guardat, perquè no et serveix de res escriure una entrada perquè s'elimini en sortir de l'aplicació. I efectivament, en poder-se guardar, es podrà tornar a buscar els dies anteriors. Amb un botó, igual que al moodtrack, s'obrirà una pantalla amb una mena de navegador, i el dia que es busqui apareixerà.

Aquest navegador farà que la persona pugui rellegir els seus pensaments un temps després, la qual cosa l'ajudarà a veure els seus canvis a l'hora de veure i processar els fets, per poder saber si el que ha estat fent fins ara de veritat li està funcionant o ha de canviar de mètode.



4. El Test d'Emocions

El principal problema a resoldre amb la nostra aplicació té a veure amb la gestió d'emocions, però per saber gestionar-les cal saber quin és el sentiment que estàs sentint.

Per això, amb la nostra aplicació volem oferir un test que ajudi a l'usuari a saber quina o quines emocions està sentint en aquell moment.

Mitjançant diferents preguntes sobre l'usuari en aquell moment, es podrà aconseguir un resultat d'emocions en percentatges. Per què en percentatges? Bé, doncs si es donés només una emoció, es torna al punt de tractar les emocions en blanc i negre, quan el més segur és que la persona està sentint més d'un sentiment a la vegada.



Les preguntes es respondran en una escala que anirà d'en desacord a acord, el mig sent neutre. Llavors, segons les respostes, es mostraran les 3 emocions més sentides, amb la respectiva mesura en percentatges.

No és un test 100% efectiu, ja que les emocions són complicades de mesurar, però pot ajudar a la persona que fa servir l'app a començar a entendre que està sentint. Llavors, l'usuari haurà de ser sincer.

Un cop donats els resultats, hi haurà un botó que et porti a una explicació d'aquesta emoció en cas de no saber que significa.

Ara, un altre punt important de la nostra aplicació. També hi haurà un botó que t'ensenyi diferents recomanacions respecte a aquella emoció (Per exemple: Si estàs enfadat, pots cridar treure fora aquest sentiment).

Aquestes recomanacions ajudaran a l'usuari a gestionar el que està sentint de manera sana i sense castigar-se a ells mateixos.

Oferirà llistes de reproducció, respiracions de relaxació, fotos d'animals agradables, etc.

A més, abans de començar el test, hi haurà un apartat on investigar sobre un gran ventall d'emocions. En cas que l'usuari ja tingui identificada l'emoció que està sentint, aquí també trobarà música i altres recomanacions per gestionar-la.

Sempre es tindrà l'oportunitat d'accedir a aquest apartat, tot i sense fer el test, ja que si es vol simplement buscar definicions i recomanacions d'emocions, pot ser no només per tu, pot ser per un familiar o amic, també pot ser molt útil.

No hi haurà límit de vegades que l'usuari pot fer el test al dia, però a diferència de la resta de funcions de l'aplicació, no es portarà un registre, perquè hi pensem que no és rellevant.

19

Igualment, l'usuari sempre pot tornar al diari per escriure sobre el que l'ha fet sentir d'aquella manera.

Per això creiem que les funcions de la nostra aplicació estan totes lligades entre si de manera molt directa.

explicació de l'emoció	tres més sentides	persentatges	
	animals adorables		
			44
	musica+respiracio	recomanacions	test
playlis	t segons l'estat d'ànim		
		, ,	
	ajudar	a definir les emocions	

Prototip de l'App a Balsamiq Wireframes



• —	
DECODE GARDEN	

Pantalla de càrrega

Aquesta és la pantalla que surt només obrir l'aplicació.

És la pantalla de càrrega, quan la barreta s'ompli donarà pas a la següent pantalla.

Pantalla d'inici de sessió

Després d'haver carregat surt la pantalla d'inici de sessió, d'aquesta forma l'aplicació serà com un diari al qual només tindran accés les persones que tinguin la contrasenya.



Pantalla de la frase inspiradora

Un cop havent-hi iniciat sessió et sortirà cada dia "una frase inspiradora" diferent.

Tindràs dues opcions, pots o reflexionar sobre aquesta frase clicant al botó "reflexionar" o pots anar directament a la pantalla inicial pressionant al signe de la caseta.

•
Reflexió Frase inspiradora
Espai per escriure
Guardar

Pantalla de reflexió

Aquesta pantalla s'obre si has premut el botó de "Reflexionar"

Et sortirà la frase inspiradora que hi havia a l'altra pantalla i més a baix un espai en blanc per escriure allò que penses de la frase.

Més a baix tens dos botons, un amb l'opció de guardar, per poder veure les teves opinions que has anat fent més endavant.

L'altre botó és per anar a la pantalla inicial.



Pantalla inicial

Hi ha cinc botons, el primer d'ells és la configuració, que és el que es troba a dalt a la dreta.

Després tenim quatre botons més, els quals et portaran a activitats diferents.

Aquestes tasques t'ajudaran a resoldre el problema de no conèixer les teves emocions i no saber com gestionar-les.



Pantalla de configuració

Per una part tens l'opció de seleccionar l'idioma, tenim l'anglès, ja que és l'idioma universal i el castellà i el català perquè són els idiomes parlats a Catalunya, clicant qualsevol d'aquests es canviaria tot l'idioma de l'aplicació.

Per una altra banda, tenim l'opció de seleccionar els colors, i quatre paletes, clicant a aquestes es canviaria l'estètica de l'aplicació.

•
Diari
Escriure al diari
Entrades anteriors

Inici del Diari

En clicar el botó de diari de la pantalla d'inici, arribes a aquesta altra pantalla. Aquí hi ha dues opcions:

- Escriure al diari: et porta a una pantalla on podràs escriure l'entrada del dia corresponent.
- Entrades anteriors: Et porta a una pantalla on podràs navegar entre les entrades anteriors.

En últim lloc, el botó de la casa sempre porta a la pantalla d'inici.

Diari
Com t'has sentit avui? Perquè?
Espai per escriure
Guardar

Escriure al Diari

(Primer botó)

Al text verd, on posa "Com t'has sentit...", hi apareixeran diferents preguntes per donar-li a l'usuari alguna idea sobre que escriure.

El següent serà un quadre de text on la persona podrà escriure la data i el diari.

Amb el botó de guardar és guarda l'entrada segons la data, i amb la fletxa enrere es torna a la pantalla **d'inici del diari.**



Entrades anteriors

(Segon botó)

Amb el botó d'entrades anteriors de la pantalla d'inici del diari, s'arriba aquí.

Al quadre de text, l'usuari introduirà la data del dia al qual vulgui anar, i en clicar la **lupa** s'obrirà una pantalla on està escrita l'entrada.

Amb la fletxa enrere, torna a la pantalla d'inici del diari.

Lupa

Aquesta és la pantalla que s'obre en clicar la lupa.

El títol és la data seleccionada, mentre que l'entrada (el text) és la corresponent del dia indicat.

Amb la fletxa es pot tornar al navegador.

•
Reflexions
Reflexió
Reflexió
Reflexió
Reflexió
•
o Reflexió Frase inspiradora
o Reflexió Frase inspiradora
Reflexió Frase inspiradora La meva reflexió bla bla bla bla bla bla
<section-header></section-header>

Reflexions guardades

Des de la pantalla d'inici, si cliques el botó de reflexions, l'aplicació et porta a un apartat on estan desades les reflexions de les frases inspiradores.

Cadascuna de les frases té un botó per poder llegir-la completa, la qual cosa et portarà a un altra pantalla.

A mesura que hi hagi moltes reflexions, es podrà accedir a les que estan més avall lliscant la pantalla.

El botó de la caseta serveix per anar a l'inici.

Registre de reflexions

Aquesta és la pantalla a la qual et porten els botons de les reflexions, cadascun a la seva respectiva.

Després, la fletxa cap enrere serveix per tornar a la pantalla on et surten totes les frases inspiradores.

On posa frase inspiradora, estarà escrita la frase escollida. El text és el de la reflexió triada.



Mood Track

Des de la pantalla d'inici també es pot arribar al moodtrack. Cada flor representa un dia de la setmana.

Quan cliques una flor, s'obre una llista amb diferents colors que representen la teva setmana. Depenent quin color escullis, la flor es pintarà d'un o d'un altre.

La caseta és per tornar a l'inici.

L'interrogant obre les instruccions del moodtrack.







Com em sento?

En clicar el botó de "Què sento?" de la pantalla d'inici, arribes a aquesta pantalla.

Test d'emocions: Et porta a una pantalla per fer un test per saber que estàs sentint.

Gestió d'emocions: Et porta a una pantalla on surten diferents emocions.

Caseta: Tornes a la pantalla d'inici.

Test

En clicar "Test d'emocions" s'arriba aquí.

Les preguntes funcionen amb un lliscador que mesurarà des del 0% al 100%, per així relacionar-ho amb les emocions determinades.

Boto fletxa>>: Serveix per passar a la següent pregunta.

Botó creu: Serveix per cancel·lar el test i tornar a "Com em sento?".







Última pregunta

L'última pregunta et portarà als resultats directament en clicar la fletxa.

Es mostraran els percentatges de les emocions més sentides segons les respostes.

El test final tindrà aproximadament 20 preguntes.

·
M Garden
Enten com et sents
Emoció 1 X%
Emoció 1 X%
Emoció 1 X%

Resultats:

Aquí es mostren en percentatges els resultats del test.

Et surten les quatre emocions més sentides, ja que no és ni blanc ni negre.

En clicar el botó d'emoció 1, vas a una altra pantalla.

La caseta serveix per tornar a l'inici.

Explicació de l'emoció

En clicar l'emoció de la qual vols saber més, s'obre una pantalla amb un navegador que t'obre la pàgina de la Wikipedia d'aquella emoció.

El títol correspon a l'emoció seleccionada. Les recomanacions són diferents per a cada emoció i et porta a una altra pantalla.

La icona de la música t'obre una altra pantalla. La fletxa cap enrere serveix per tornar als resultats.



Música

Recomanacions:

En clicar les recomanacions, s'obre una llista de recomanacions per a deixar sortir les diferents emocions.

Tots els espais on posa emoció 1 s'ompliran amb la determinada emoció seleccionada.

La fletxa enrere serveix per tornar a la pàgina que té la Wikipedia de l'emoció.

Música recomanada:

En clicar la icona de la música arribes a una pantalla que t'obre diferents llista de reproducció de Spotify relacionades amb aquella emoció.

La icona de la fletxa és per tornar a la pàgina que té la Wikipedia oberta.

°
gestió d'emocions Les emocions
Seguretat Felicitat Diversió Calma Nervis Fàstig Amor Desamor Por
Ànsia Dubte Preocupació Aborriment tristesa Frustració
ira Frustració Culpa Vergonya Inseguretat Jelosia

Les emocions:

Des de l'apartat Com em sento?, pots clicar el botó de gestió d'emocions.

Aquest apartat t'obre una pantalla amb una gran varietat d'emocions per escollir. Totes elles et porten a una pantalla similar a la de l'apartat anterior.

La fletxa enrere és per tornar a la part de com em sento.



Explicació de les emocions 2:

La pantalla a la qual arribes amb cada botó d'emoció t'obre un navegador amb la Wikipedia on explica determinada emoció.

Les recomanacions et porten a la mateixa pantalla de recomanacions i la música t'obre les mateixes llistes de reproducció, l'única diferència és que cada botó de fletxa enrere de **recomanacions** i de **música** et porten al navegador d'aquesta emoció, i la fletxa enrere d'aquesta pantalla et porta a **Les emocions**, i no als resultats del test.



Estat actual de desenvolupament



La primera pàgina ja programada és la pantalla de càrrega.

Els primers blocs fan que el rellotge comenci a 0. Després, els segons blocs fan que a mesura que passa un segon, s'ompli la barra de càrrega i augmenti el percentatge. Per acabar, quan arriba a 100, canvia de pantalla.

Programació

Per donar l'efecte d'una barra de progrés, quan la screen1 inicialitza, el text de l'etiqueta que està dins d'una disposició horitzontal de color blanc es posa a 0.

Llavors, com que el text de l'etiqueta és menor a 100, es va sumant 1 al text i es multiplica l'ample per 2. Un cop el text és major a 100 s'obre una nova pantalla.

			-12	+ + +	+ +	+	+	+ +	+	+	+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
wne	in Scre	en i 🔪 liniu	alize	+ + +	+ +	+	÷	+ +	+	+	+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
do	set 🛽	blnumero 🔹	. Text	🔹 to (0	+	+	+ +	+	+	+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
															+	÷			
				+ + +	+ +	+	+	+ +	+	+	+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
whe	n Cloc	:k1 ▼ . Lime		+ + +	+ +	+	+	+ +	+	+	+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
do	🔯 if	C (Ibln	umero	Tex	d 🔹	< 1	n d	100		+	+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
-						_	1			+	+	÷	+ +		+	+	+	+	÷
-	then	set Iblnur	nero 🔹	. Text	💌 to	q	٢		olnu	mei	ro i	2.	Te	xt 🔻		+ ()	1		÷
-							_												+
-		set Ibicar	ga 🔹 . I	Width	to 🗾	9	٢	C Ib	Inur	mer	0		(Te)	xt 🔻		< ()	2		÷
-		<u> </u>	+ + •	+ + +	+ +	÷	÷	+ +	÷	÷	÷	÷	+ +		+	÷	+	+	÷
-	else	set Clock	1 . [TimerEn	abled	•	to	C fa	alse	•	÷	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
-		anon anoth			onMor	-		Coroc	202	-	÷	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
		open anou	ier scree	en scre	ennar	ne	4	scree	enz		+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷
	<u> </u>		+ +	+ + +	+ +	+	+	+ +	+	+	+	+	+ +	+ +	+	+	+	+	÷



La segona pantalla programada és la d'iniciar sessió.

Programació:

Els blocs del tinyDB1 miren si hi ha alguna cosa guardada a les variables d'usuari guardat i de contrasenya guardada. Si hi ha, la recuperen, i si no hi ha et porten a la pantalla de registre.

En cas que hi hagi, si en clicar al botó d'iniciar sessió la contrasenya i l'usuari introduïts no són iguals als guardats, no et deixa passar a la següent pantalla. En cas contrari, sí.





La tercera pantalla ja programada és la de registrar-se i així crear-te un compte. El teu compte es guarda i així es pot iniciar sessió quan tornis a l'aplicació.

Programació:

El text introduït al lloc de nom d'usuari es guarda a l'etiqueta "usu", mentre que la contrasenya a "cont". Aquests es guarden per la següent vegada que entres a l'app quan cliques acceptar, i et porta a la següent pantalla.





La quarta pantalla és la de la frase inspiradora. En aquesta gràcies a una llista cada vegada surt una d'aquestes 10 frases. Si cliques al "botó de la caseta" aniràs directament a la pantalla inicial i si dones a la de "reflexionar" a l'apartat de reflexionar.

Programació:

Quan aquesta pantalla s'inicialitza, s'escull una frase inspiradora a l'atzar, que es posa com el text de l'etiqueta. A més, quan cliques el botó que té una imatge d'una casa, et porta a la pantalla inicial.





La pantalla següent és la pantalla inicial que et portarà a totes les activitats. Actualment, et porta a la configuració i el MoodTrack.

Programació:

En aquesta pantalla hi ha 5 botons, però només tres estan programats, pels límits d'AppInventor. El primer és el que té una imatge d'un engranatge, que quan el pressiones et porta a la pantalla de configuració, mentre que l'altre que posa "MoodTrack" et porta a la pantalla del MoodTrack quan el cliques. Finalment, el que posa "Que sento?" et porta a la pantalla d'inici del test.





El botó de l'engranatge et portarà a l'apartat de configuració, en el que ja tenim la part estètica, però no està programat, ja que no és la part més important del projecte, encara que sí que ens porta a la pantalla inicial.

Programació:

Quan es pressiona el botó amb la imatge d'una casa s'obre la pantalla inicial.





El botó del MoodTrack de la pantalla inicial et porta a la pantalla del MoodTrack on hi ha una flor per cada dia de la setmana, les quals pots canviar el color depenent de com et sentis cada dia.

Programació:

En aquesta pantalla, quan cliques una flor, els sprites de les emocions, que estan ocults, es mouen a unes coordenades, de manera que envolten a la flor clicada i es posen visibles. A més la variable sprites es canvia al sprite de la flor tocada. Un cop clicada el sprite amb

l'emoció, compara la variable amb tots els sprites de les flors, i un cop troba el sprite igual canvia la imatge del sprite de la flor a una imatge d'una flor amb el color de l'emoció escollida i torna a ocultar els sprites de les emocions.



•	۲	
test inici		9:48 📓 🧟
A		
	Que sento?)
	Recomanacions	
♦	0	

El botó de "Que Sento" de la pantalla inicial et porta a la pantalla inicial del test d'emocions.

Programació:

En aquesta pantalla hi ha dos botons funcionals, el primer que té una imatge d'una casa et porta a la pantalla inicial quan el toques, mentre que l'altre que posa "Que Sento?" et porta al test d'emocions.

when que_sento • .Click do open another screen screenName Que_sento •



El botó de "Que Sento?" et porta al test d'emocions. Aquí respondrás a unes preguntes i al final et dirà quines emocions estàs sentit i en quin percentatge.

Programació

A mesura que vas responent a les preguntes de com et sents, et va sumant punts a les variables de les emocions, i un cop totes les preguntes han estat respostes, et surt el percentatge de cada emoció, multiplicant els punts de l'emoció per cent, i dividint-ho per la suma total de tots els punts.





El botó de reflexionar et porta a aquesta pantalla, en la que opines de la frase inspiradora. El número de reflexió està relacionat amb la variable TotalRef, que són el total de reflexions. Aquesta variable inicia a 0, llavors la primera reflexió és TotalReflexions+1, perquè així l'usuari sabrà quina reflexió està escrivint.

Al botó de guardar, en clicar-ho, a la variable TotalReflexions se li suma 1, després, al tag totalRef se li guarda el número final de TotalReflexions. Per acabar, la reflexió 1, es guarda amb el text a la TextBox, el mateix passarà amb la resta de reflexions, i es mostrarà una notificació que confirma que s'ha guardat.

En cas que no hi hagi res escrit i hagis clicat guardar, surt una notificació dient "No has escrit res!" i no es guarda.



Conclusions i valoracions

Per concloure, estem molt orgulloses de com hem ideat aquesta aplicació. Hem après sobre diversos temes de programació i ens ha dut molt de temps concretar-ho tot, però estem molt contentes pels resultats.

Hem après sobre diferents temes, principalment sobre salut mental i les emocions, llavors fer aquesta app també ens ha ajudat a nosaltres amb el problema que volem resoldre. Ara coneixem diferents eines d'autocuidat emocionals que, amb MoodGarden, podran arribar a més persones.

En direcció a la programació, el que més ens ha costat ha estat la disposició del MoodTrack i el fet d'elaborar el test en una sola pantalla.

En resum, estem molt orgulloses de la nostra feina i dels resultats obtinguts, que ens han ajudat a sentir-nos més còmodes amb tots els nostres sentiments, i ajudaran a la resta d'adolescents durant el seu desenvolupament emocional.



https://rosariorequena.wixsite.com/moodgarden