



Τεχνολογικό
Πανεπιστήμιο
Κύπρου

Σχολή Επικοινωνίας και
Μέσων Ενημέρωσης

Πτυχιακή εργασία

**ΕΦΑΡΜΟΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΠΑΙΧΝΙΔΟΠΟΙΗΣΗ ΣΤΗΝ
ΨΥΧΙΚΗ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ: Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΗΣ
ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19**

Λοΐζος Αριστείδης

Λεμεσός, Μάιος 2021

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΜΕΣΩΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΣΠΟΥΔΩΝ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ

Πτυχιακή εργασία

ΕΦΑΡΜΟΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΠΑΙΧΝΙΔΟΠΟΙΗΣΗ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ
ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ: Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ

COVID-19

του

Λοΐζου Αριστείδη

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια

Δρ. Ιόλη Νικολαΐδου

Λεμεσός, Μάιος 2021

Πνευματικά Δικαιώματα

Copyright © Λοΐζος Αριστείδης, 2021

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής εργασίας από το Τμήμα Επικοινωνίας και Σπουδών Διαδικτύου του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

Θα ήθελα να ευχαριστήσω ιδιαίτερα την Δρ. Ιόλη Νικολαΐδου, για την καθοδήγησή της κατά το χρονικό διάστημα εκπόνησης της εργασίας, αλλά και όλους όσους συμμετείχαν στο ερωτηματολόγιο που διαμοιράστηκε. Ιδιαίτερες ευχαριστίες στην οικογένεια μου που με στήριξε στις ατέλειωτες ώρες μελέτης και συγγραφής.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός της έρευνας ήταν η εφαρμογή της παιγνιδοποίησης σε θέματα ψυχικής υγείας. Συγκεκριμένα στην έρευνα ολοκληρώθηκε ο σχεδιασμός και η δημιουργία της πρώτης εκδοχής μιας παιγνιδοποιημένης εφαρμογής, η οποία είχε ως στόχο την ανάπτυξη της ψυχικής ανθεκτικότητας των φοιτητών εν καιρώ Κορονοϊού. Τα δύο ερευνητικά ερωτήματα που διατυπώθηκαν για την παρούσα πτυχιακή εργασία, ήταν τα εξής: α) «Πώς αξιολογούν οι φοιτητές το σχεδιαστικό κομμάτι της εφαρμογής όσον αφορά στη χρησιμότητά της για ψυχική ανθεκτικότητα;» και β) «Πώς αξιολογούν οι φοιτητές την ευχρηστία του σχεδιαστικού κομματιού εφαρμογής;». Συνολικά, 77 συμμετέχοντες ($M=22.16$), δοκίμασαν την εφαρμογή και έπειτα, συμπλήρωσαν ερωτηματολόγιο αξιολόγησης. Αυτό περιείχε συνολικά 29 ερωτήσεις, ανάμεσα στις οποίες 10 αφορούσαν στην αξιολόγηση του σχεδιαστικού κομματιού και 11 αφορούσαν στην αξιολόγηση χρησιμότητας συγκεκριμένων λειτουργιών της εφαρμογής (π.χ. στοχοθεσίας, παρακολούθησης προόδου, αναστοχασμού), για θέματα ψυχικής ανθεκτικότητας. Οι ερωτήσεις αξιολόγησης ήταν διατυπωμένες σε πενταβάθμια κλίμακα Likert. Οι περισσότεροι συμμετέχοντες ήταν χρήστες παρόμοιων εφαρμογών για υγεία στο παρελθόν, οι παροντικοί χρήστες τέτοιων εφαρμογών δεν τις αξιοποιούν αρκετά συχνά, ενώ το μεγαλύτερο σύνολο από συμμετέχοντες δήλωσε πως θα τους ενδιέφερε να δοκιμάσουν την εφαρμογή της έρευνας σε μελλοντικό στάδιο. Σε ό,τι αφορά την αξιολόγηση της εφαρμογής ως προς τη χρησιμότητά της για ψυχική ανθεκτικότητα, λήφθηκαν αρκετά θετικές αποκρίσεις για όλες τις λειτουργίες, ενώ η δυνατότητα παρακολούθησης της προόδου του χρήστη εντός της εφαρμογής επικράτησε όσον αφορά στη χρησιμότητα, με μέσο όρο 4.17 ($M=4.17$). Εντοπίστηκαν επίσης στατιστικά σημαντικές, θετικές συσχετίσεις μεταξύ του συνολικού επιπέδου αξιολόγησης των λειτουργιών, μαζί με την παρελθοντική εμπειρία από παρόμοιες εφαρμογές, αλλά και την ηλικία των συμμετεχόντων. Τέλος, για την αξιολόγηση των σχεδιαστικών επιλογών της εφαρμογής, χρησιμοποιήθηκε η κλίμακα «SUS», η οποία επέστρεψε τη συνολική βαθμολογία αξιολόγησης 72.5, που αντιστοιχεί στην κατηγορία «B» της κλίμακας και φανερώνει αρκετά ικανοποιητικό βαθμό ευχρηστίας. Εν κατακλείδι, δύναται να αξιοποιήσουμε όλα τα εξαχθέντα συμπεράσματα ως κατευθυντήριες γραμμές σε μελλοντικό στάδιο, κατά τη διαδικασία πραγματικής υλοποίησης της εφαρμογής για κινητές συσκευές.

ABSTRACT

The purpose of this research study was to design and create the prototype of an application, utilizing the concept of gamification, which aimed to develop university students' psychological resilience during the Coronavirus pandemic. The two research questions of the study were: a) "How do students evaluate the design of the application in terms of its usefulness for mental resilience?" and b) "How do students evaluate the usability of the prototype of the application?". A total of 77 participants ($M=22.16$) tested the application and then completed an evaluation questionnaire. This consisted of a total of 29 questions, 10 of which were related to the evaluation of the application's design and 11 were related to the evaluation of the usefulness of specific functions for resilience purposes (e.g. setting goals, progress monitoring, reflection). Most of the participants were users of similar applications in the past. The current users of such applications do not use them often, while the majority of the participants stated that they would be interested in trying the application when it is completed. Regarding the evaluation of the application in terms of its usefulness for psychological resilience, positive responses were received for all functions, while the ability to monitor the user's progress within the application prevailed in terms of usefulness, with an average of 4.17 ($M=4.17$) out of 5. Statistically significant positive correlations were also found between the overall evaluation of the application's functions, and both past experience from similar applications and the participants' age. Finally, for the evaluation of the application's design choices, the scale "SUS" was utilized, which returned the total evaluation score of 72.5, corresponding to the category "B" of the scale, a result that shows a satisfactory degree of usability. The findings of this study will be used for future research during the process of developing and evaluating the mobile application on resilience.