



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΚΗ ΣΧΟΛΗ

ΤΜΗΜΑ ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΩΝ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ

**Ψηφιακή εφαρμογή προσωπικής ανάπτυξης
και επίτευξης στόχων**

Διπλωματική Εργασία

Μπούτρη Ζαχαρένια Μαρία

2740

Επιβλέπων: Τσαλαπάτα Χαρίκλεια

Σεπτέμβριος 2023



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΠΟΛΥΤΕΧΝΙΚΗ ΣΧΟΛΗ

ΤΜΗΜΑ ΗΛΕΚΤΡΟΛΟΓΩΝ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΩΝ

**Ψηφιακή εφαρμογή προσωπικής ανάπτυξης
και επίτευξης στόχων**

Διπλωματική Εργασία

Ζαχαρένια Μαρία Μπούτρη

2740

Επιβλέπων: Τσαλαπάτα Χαρίκλεια

Σεπτέμβριος 2023



UNIVERSITY OF THESSALY
SCHOOL OF ENGINEERING
DEPARTMENT OF ELECTRICAL AND COMPUTER ENGINEERING

Goal achievement and personal development
digital application

Diploma Thesis

Boutri Zacharenia Maria

2740

Supervisor: Tsalapata Hariklia

September 2023

Εγκρίνεται από την Επιτροπή Εξέτασης:

Επιβλέπων/πουσα **Τσαλαπάτα Χαρίκλεια**

Ε.ΔΙ.Π, Τμήμα Ηλεκτρολόγων Μηχανικών και Μηχανικών
Υπολογιστών, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Μέλος **Θάνος Γεώργιος**

Ε.ΔΙ.Π, Τμήμα Ηλεκτρολόγων Μηχανικών και Μηχανικών
Υπολογιστών, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Μέλος **Χροναίος Αλέξανδρος**

Καθηγητής, Τμήμα Ηλεκτρολόγων Μηχανικών και Μηχανικών
Υπολογιστών, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΠΕΡΙ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗΣ ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΩΝ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΩΝ

Με πλήρη επίγνωση των συνεπειών του νόμου περί πνευματικών δικαιωμάτων, δηλώνω ρητά ότι η παρούσα διπλωματική εργασία, καθώς και τα ηλεκτρονικά αρχεία και πηγαίοι κώδικες που αναπτύχθηκαν ή τροποποιήθηκαν στα πλαίσια αυτής της εργασίας, αποτελούν αποκλειστικά προϊόν προσωπικής μου εργασίας, δεν προσβάλλουν οποιασδήποτε μορφής δικαιώματα διανοητικής ιδιοκτησίας, προσωπικότητας και προσωπικών δεδομένων τρίτων, δεν περιέχουν έργα/εισφορές τρίτων για τα οποία απαιτείται άδεια των δημιουργών/δικαιούχων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον και πληρούν τους κανόνες της επιστημονικής παράθεσης. Τα σημεία όπου έχω χρησιμοποιήσει ιδέες, κείμενο, αρχεία ή/και πηγές άλλων συγγραφέων αναφέρονται ευδιάκριτα στο κείμενο με την κατάλληλη παραπομπή και η σχετική αναφορά περιλαμβάνεται στο τμήμα των βιβλιογραφικών αναφορών με πλήρη περιγραφή. Δηλώνω επίσης ότι τα αποτελέσματα της εργασίας δεν έχουν χρησιμοποιηθεί για την απόκτηση άλλου πτυχίου. Αναλαμβάνω πλήρως, ατομικά και προσωπικά, όλες τις νομικές και διοικητικές συνέπειες που δύναται να προκύψουν στην περίπτωση κατά την οποία αποδειχθεί, διαχρονικά, ότι η εργασία αυτή ή τμήμα της δεν μου ανήκει διότι είναι προϊόν λογοκλοπής.

Ο/Η Δηλών/ούσα

Μπούτρη Ζαχαρένια Μαρία

DISCLAIMER ON ACADEMIC ETHICS AND INTELLECTUAL PROPERTY RIGHTS

Being fully aware of the implications of copyright laws, I expressly state that this diploma thesis, as well as the electronic files and source codes developed or modified in the course of this thesis, are solely the product of my personal work and do not infringe any rights of intellectual property, personality and personal data of third parties, do not contain work / contributions of third parties for which the permission of the authors / beneficiaries is required and are not a product of partial or complete plagiarism, while the sources used are limited to the bibliographic references only and meet the rules of scientific citing. The points where I have used ideas, text, files and / or sources of other authors are clearly mentioned in the text with the appropriate citation and the relevant complete reference is included in the bibliographic references section. I also declare that the results of the work have not been used to obtain another degree. I fully, individually and personally undertake all legal and administrative consequences that may arise in the event that it is proven, in the course of time, that this thesis or part of it does not belong to me because it is a product of plagiarism.

The Declarant

Boutri Zacharenia Maria

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να εκφράσω τις θερμές μου ευχαριστίες, σε όλους όσους συνέβαλαν ώστε να έρθει, η παρούσα πτυχιακή, εις πέρας. Πρώτα απ' όλα θέλω να ευχαριστήσω την καθηγήτρια μου, κα. Τσαλαπάτα Χαρίκλεια, η οποία με τις γνώσεις και τις συμβουλές της με καθοδήγησε καθ ' όλη τη διάρκεια αυτής της εργασίας. Έπειτα θέλω να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου στην οικογένεια μου, για όλα όσα μου έχει προσφέρει και που με στήριξε σε όλη τη διάρκεια των σπουδών μου. Ενώ τέλος θέλω να εκφράσω ένα μεγάλο ευχαριστώ στους φίλους, συμφοιτητές και συνοδοιπόρους μου, που ήταν εκεί όποτε τους χρειαζόμουν, πρόθυμοι να με βοηθήσουν να ξεπεράσω οποιαδήποτε δυσκολία. Η παρούσα πτυχιακή εργασία είναι αφιερωμένη σε εσάς.

Σας ευχαριστώ όλους θερμά!

Ψηφιακή εφαρμογή προσωπικής ανάπτυξης και επίτευξης στόχων

Μπούτρη Ζαχαρένια Μαρία

Περίληψη

Η παρούσα πτυχιακή εργασία αναπτύχθηκε για την δημιουργία μίας νέας εφαρμογής κοινωνικής δικτύωσης, της Life me up, η οποία αποσκοπεί στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και την επίτευξη στόχων. Η εφαρμογή αυτή επιτρέπει στους χρήστες της να διατηρούν αυτοκαταγραφή της πορείας τους να λαμβάνουν και να δίνουν συμβουλές και να ενθαρρύνονται, έτσι ώστε να κάνουν πιο εύκολο και ευχάριστο το «ταξίδι» τους. Οι χρήστες δημοσιεύουν καθημερινά εικόνες από την πορεία τους και τις μοιράζονται με τους διαδικτυακούς τους φίλους, δημιουργώντας με αυτό τον τρόπο το αίσθημα της κοινότητας.

Μέσα από έρευνα που έγινε, στα πλαίσια της παρούσας πτυχιακής εργασίας, διεξήχθη το συμπέρασμα ότι μία τέτοιου είδους εφαρμογή μπορεί να φέρει θετικά αποτελέσματα στους χρήστες της και να τους βοηθήσει πραγματικά να πετύχουν τους στόχους τους. Παράλληλα διαπιστώθηκε ότι διαφέρει σημαντικά από τις υπόλοιπες εφαρμογές που έχουν τον ίδιο σκοπό, αλλά προσομοιάζει αρκετά τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης τα οποία είναι αναπόσπαστο κομμάτι της σύγχρονης εποχής.

Λέξεις-κλειδιά:

Εφαρμογή κοινωνικής δικτύωσης, μοντέλα ανάπτυξης, επίτευξη στόχων, ανάπτυξη εφαρμογής, προσωπική ανάπτυξη.

Goal achievement and personal development digital application

Boutri Zacharenia Maria

Abstract

This paper was prepared for the development of "Life me up," a new social networking application designed to help individuals self-develop and achieve their goals. The application allows users to self-document their progress and receive and give advice and encouragement, making their "journey" easier and more enjoyable. Users post photos of their "journeys" each day and share them with their online friends, creating a sense of community.

Through the research conducted as part of this paper, we have concluded that such an application can have positive results for users and really help them achieve their goals. At the same time, we found that "Life me up" differs from other applications that have the same purpose, but are remarkably similar to social media apps, which are an integral part of our modern world.

Keywords:

Social media application; software process models; goal achievement; application development; personal development.

Πίνακας περιεχομένων

<i>Ευχαριστίες.....</i>	<i>xiii</i>
<i>Περίληψη.....</i>	<i>xv</i>
<i>Abstract</i>	<i>xvii</i>
<i>Πίνακας περιεχομένων.....</i>	<i>xix</i>
<i>Κατάλογος εικόνων</i>	<i>xxiii</i>
<i>Κατάλογος πινάκων</i>	<i>xxv</i>
Κεφάλαιο 1 Εισαγωγή	1
1.1 Το πρόβλημα	2
1.2 Σκοπός.....	3
1.3 Οργάνωση της εργασίας	3
Κεφάλαιο 2 Θεωρία	5
2.1 Εισαγωγή.....	5
2.2 Μοντέλα ανάπτυξης εφαρμογής.....	5
2.2.1 Μοντέλο καταρράκτη	5
2.2.2 Μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση	8
2.2.3 Μοντέλο σπινθήρα.....	9
2.2.4 Επιλογή μοντέλου	11
2.3 Η σημασία του να μοιράζεσαι.....	11
Κεφάλαιο 3 Βιβλιογραφική Ανασκόπηση	14
3.1 Εισαγωγή.....	14
3.2 Μέσα κοινωνικής δικτύωσης	14
3.3 Instagram	16
3.4 Forums	17
3.5 Εφαρμογές επίτευξης στόχων	18

3.6 Παρόμοιες εργασίες	20
Κεφάλαιο 4 Ανάλυση Απαιτήσεων και Σχεδιασμός	24
4.1 Εισαγωγή.....	24
4.2 Η εφαρμογή	24
4.3 Απαιτήσεις συστήματος και ανάλυση.....	25
4.3.1 Λειτουργικές απαιτήσεις	25
4.3.2 Μη λειτουργικές απαιτήσεις	32
4.3.3 Σχεδιαστικοί περιορισμοί	35
4.4 Σχεδιασμός.....	36
4.4.1 Σενάρια χρήσης.....	37
4.4.2 Βάση δεδομένων	39
4.4.3 Περιβάλλον χρήστη	41
Κεφάλαιο 5 5. Υλοποίηση της Εφαρμογής	45
5.1 Εισαγωγή.....	45
5.2 Android studio	45
5.3 Γλώσσα προγραμματισμού	45
5.4 Δημιουργία περιβάλλοντος χρήστη.....	46
5.5 Απαιτήσεις λογισμικού και εξαρτημάτων	46
5.6 Βάση δεδομένων	46
5.7 Η λειτουργία του Life me Up	49
5.7.1 Κεντρική σελίδα	49
5.7.2 Σελίδα προσθήκης φωτογραφίας	51
5.7.3 Σελίδα προφίλ.....	52
5.7.4 Σελίδα ειδοποιήσεων	53
5.7.5 Σελίδα ειδοποιήσεων	54
Κεφάλαιο 6 Σύνοψη, Συμπεράσματα και Μελλοντικές Επεκτάσεις	56
6.1 Εισαγωγή.....	56
6.2 Συμπεράσματα	56
6.3 Μελλοντικές Επεκτάσεις	59
6.3.1 Διαγραφή δημοσιεύσεων και λογαριασμών	59

6.3.2 Πρόταση φίλων	59
6.3.3 Δυνατότητα επαγγελματικών λογαριασμών	59
6.3.4 Προσθήκη βίντεο	60
6.3.5 Εξατομικευμένες ειδοποιήσεις.....	60
6.4 Σύνοψη.....	60
<i>Βιβλιογραφία.....</i>	<i>63</i>
<i>Παραρτήματα</i>	<i>69</i>

Κατάλογος εικόνων

Εικόνα 1: Μοντέλο καταρράκτη εμπνευσμένο από (Mishra & Dubey, 2013).....	6
Εικόνα 2: Μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση εμπνευσμένο από (Mishra & Dubey, 2013).....	8
Εικόνα 3: Μοντέλο σπινθήρα εμπνευσμένο από (Mishra & Dubey, 2013)	10
Εικόνα 4: Το διάγραμμα χρήσης του Life me Up	37
Εικόνα 5: Η δένδρική δομή της βάσης δεδομένων.....	40
Εικόνα 6: Σελίδα σύνδεσης του Life me Up	42
Εικόνα 7: Σελίδα δημιουργίας λογαριασμού του Life me up	43
Εικόνα 8: Email ανάκτησης κωδικού	44
Εικόνα 9: Σελίδα ανάκτησης κωδικού του Life me Up.....	44
Εικόνα 10: Μήνυμα επιτυχίας.....	44
Εικόνα 11: Πεδίο αλλαγής κωδικού πρόσβασης	44
Εικόνα 12: Η Αυθεντικοποίηση στο Firebase	47
Εικόνα 13: Παράδειγμα από καταχώρηση στη βάση δεδομένων.....	48
Εικόνα 14: Η προγραμματισμένη υπενθύμιση στο Firebase	48
Εικόνα 15: Στιγμιότυπο οθόνης από την ειδοποίηση	48
Εικόνα 16: Οι αποθηκευμένες φωτογραφίες στο Firebase	49
Εικόνα 17: Σελίδα σχολίων	50
Εικόνα 18: Παράδειγμα αντίδρασης σε φωτογραφία	50
Εικόνα 19: Κεντρική σελίδα.....	50
Εικόνα 20: Προετοιμασία δημοσίευσης	51
Εικόνα 21: Σελίδα επιλογής τρόπου εισαγωγής εικόνας.....	51
Εικόνα 22: Σελίδα προσθήκης νέας φωτογραφίας.....	51
Εικόνα 23: Σελίδα αλλαγής στόχου	52
Εικόνα 24: Επιλογή μενού	52
Εικόνα 25: Σελίδα προφίλ	52
Εικόνα 26: Προβολή φωτογραφίας.....	53
Εικόνα 27: Σελίδα ειδοποιήσεων	54

Εικόνα 28: Προφίλ χρήστη	55
Εικόνα 29: Αναζήτηση χρήστη.....	55
Εικόνα 30: Σελίδα αναζήτησης.....	55

Κατάλογος πινάκων

Πίνακας 1: Λειτουργική απαίτηση – Άνοιγμα εφαρμογής	26
Πίνακας 2: Λειτουργική απαίτηση- Είσοδος στην εφαρμογή.....	26
Πίνακας 3: Λειτουργική απαίτηση - Εγγραφή στην εφαρμογή	26
Πίνακας 4: Λειτουργική απαίτηση - Έξοδος από την εφαρμογή	26
Πίνακας 5: Λειτουργική απαίτηση - Λήψη φωτογραφίας	27
Πίνακας 6: Λειτουργική απαίτηση - Δημοσίευση φωτογραφίας	27
Πίνακας 7: Λειτουργική απαίτηση - Σχολιασμός φωτογραφίας.....	27
Πίνακας 8: Λειτουργική απαίτηση - Αντίδραση φωτογραφίας	27
Πίνακας 9: Λειτουργική απαίτηση - Προβολή ειδοποιήσεων	28
Πίνακας 10: Λειτουργική απαίτηση - Εύρεση φίλου	28
Πίνακας 11: Λειτουργική απαίτηση - Προσθήκη φίλου	28
Πίνακας 12: Λειτουργική απαίτηση - Αφαίρεση φίλου	28
Πίνακας 13: Λειτουργική απαίτηση - Αλλαγή στόχου	28
Πίνακας 14: Λειτουργική απαίτηση - Αλλαγή φωτογραφίας προφίλ	29
Πίνακας 15: Λειτουργική απαίτηση - Δημοσιευμένες φωτογραφίες.....	29
Πίνακας 16: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα λάθους κατά την είσοδο.....	29
Πίνακας 17: Λειτουργική απαίτηση - Email επιβεβαίωσης	29
Πίνακας 18: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα αναμονής επιβεβαίωσης.....	30
Πίνακας 19: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα επιτυχούς δημοσίευσης	30
Πίνακας 20: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα προσθήκης φίλου	30
Πίνακας 21: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα διαγραφής φίλου.....	30
Πίνακας 22: Λειτουργική απαίτηση - Εμφάνιση δημοσιεύσεων φίλων.....	31
Πίνακας 23: Λειτουργική απαίτηση - Εμφάνιση δημοσιεύσεων χρήστη	31
Πίνακας 24: Λειτουργική απαίτηση - Εμφάνιση ειδοποιήσεων	31
Πίνακας 25: Λειτουργική απαίτηση - Δεδομένα χρήστη	31
Πίνακας 26: Λειτουργική απαίτηση - Ανάκτηση κωδικού	32
Πίνακας 27: Απαιτήσεις απόδοσης - Ευκρινές φόρμα εισαγωγής δεδομένων	32
Πίνακας 28: Απαιτήσεις απόδοσης - Εύκολο περιβάλλον χρήστη	33
Πίνακας 29: Απαίτηση απόδοσης - Χρόνος απόκρισης	33

Πίνακας 30: Απαίτηση απόδοσης - Εμφάνιση μηνύματος για αδυναμία σύνδεσης στο διαδίκτυο	33
Πίνακας 31: Απαίτηση απόδοσης - Εμφάνιση ευκρινών μηνυμάτων	33
Πίνακας 32: Απαίτηση απόδοσης - Συμβατότητα.....	34
Πίνακας 33: Απαιτήσεις ασφάλειας - Ασφάλεια συστήματος	34
Πίνακας 34: Απαιτήσεις ασφάλειας - Βάση δεδομένων.....	34
Πίνακας 35: Απαιτήσεις ασφάλειας - Αίτημα πρόσβασης	34
Πίνακας 36: Διαθεσιμότητα συστήματος	35
Πίνακας 37: Συντήρηση συστήματος	35
Πίνακας 38: Σχεδιαστικοί περιορισμοί - Απαιτήσεις RAM	36
Πίνακας 39: Σχεδιαστικοί περιορισμοί - Απαιτήσεις αποθήκευσης.....	36
Πίνακας 40: Σενάριο χρήσης - Δημοσίευση φωτογραφίας	38
Πίνακας 41: Σενάριο χρήσης - Προσθήκη φίλου	38
Πίνακας 42: Σενάριο χρήσης - Αφαίρεση φίλου	69
Πίνακας 43: Σενάριο χρήσης - Αλλαγή στόχου	69
Πίνακας 44: Σενάριο χρήσης - Εγγραφή.....	70

Κεφάλαιο 1 Εισαγωγή

Η εποχή που ζούμε χαρακτηρίζεται από τη ραγδαία τεχνολογική ανάπτυξη. Είναι εντυπωσιακό, αν σκεφτεί κανείς, ότι πριν από περίπου 50 χρόνια, το κινητό τηλέφωνο ήταν απλά μία ιδέα και πλέον όχι μόνο είναι αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας, αλλά οι δυνατότητες του έχουν εξελιχθεί δραματικά. Οι δυνατότητες που προσφέρει δεν περιορίζονται μόνο στην επικοινωνία αλλά και στη διασκέδαση και στη διευκόλυνση της καθημερινότητας. Μάλιστα, μια από τις σημαντικότερες εξελίξεις που βοηθούν σε αυτό είναι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Πέρα από την καθημερινή αλληλεπίδραση, οι δυνατότητες που προσφέρουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι πολυάριθμες και ποικίλες. Ένας από τους σημαντικότερους τομείς είναι η επίτευξη προσωπικών, επαγγελματικών ή εκπαιδευτικών στόχων.

Η παρούσα πτυχιακή εργασία εμπνέεται από την αυξανόμενη ανάγκη των ανθρώπων να διαχειρίζονται τους στόχους τους με πιο οργανωμένο και δομημένο τρόπο, αξιοποιώντας τις δυνατότητες που προσφέρουν οι πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης. Αποτελεί μια προσπάθεια διερεύνησης του ρόλου των εφαρμογών κοινωνικής δικτύωσης στην επίτευξη προσωπικών στόχων.

Η εφαρμογή κοινωνικής δικτύωσης που προτείνεται στην παρούσα εργασία στοχεύει να αποτελέσει ένα εργαλείο που εμπνέει, παρακινεί και υποστηρίζει τους χρήστες στην επίτευξη των στόχων τους. Μέσω μιας ποικιλίας χαρακτηριστικών, λειτουργιών και δυνατοτήτων, η εφαρμογή διευκολύνει τους χρήστες να οργανώνουν και να παρακολουθούν τους στόχους τους, τους ενθαρρύνει να ανταλλάσσουν ιδέες και εμπειρίες με άλλους χρήστες και διερευνά τρόπους δημιουργίας μιας κοινότητας βασισμένης στην υποστήριξη και την αμοιβαία ενίσχυση.

Στο υπόλοιπο τμήμα της παρούσας πτυχιακής, θα περιγραφούν λεπτομερώς οι κύριοι στόχοι και τα στάδια σχεδιασμού της εφαρμογής κοινωνικής δικτύωσης Life me up, η υλοποίησή της, ενώ θα παρουσιαστούν και παρόμοιες έρευνες που έχουν διεξαχθεί στο παρελθόν και ποιιά ήταν τα συμπεράσματα τους.

1.1 Το πρόβλημα

Η επίτευξη προσωπικών στόχων διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην ικανοποίηση και την προσωπική ανάπτυξη του ατόμου. Παρ' όλα αυτά, στον σύγχρονο κόσμο, όπου οι απαιτήσεις γιγαντώνονται και ο προσωπικός χρόνος εκλείπει, η ενασχόληση του ατόμου με τους δικούς του στόχους, μοιάζει με μακρινό όνειρο. Όπως αναφέρεται στο (Goldsmith & Goldsmith, 2006) ,μερικοί από τους λόγους που ο άνθρωπος εγκαταλείπει τους στόχους του είναι οι παρακάτω:

1. Χρόνος: Οι εργασιακές και κοινωνικές υποχρεώσεις που πλέον κυριαρχούν στη ζωή του ατόμου, προκαλούν την έλλειψη χρόνου για την ενασχόληση του με τις προσωπικές του φιλοδοξίες. Η ενέργεια του καταναλώνεται κατά τη διάρκεια της ημέρας, όπου έρχεται αντιμέτωπος με τις απαιτήσεις των εξωγενών παραγόντων (εργασία, παιδιά, κοινωνικές υποχρεώσεις), με αποτέλεσμα η κούραση να τον κατακλύζει και να μη μπορεί να ανταπεξέλθει στους δικούς του στόχους.
2. Καθοδήγηση: Τις περισσότερες φορές δεν γνωρίζει πως μπορεί να πετύχει τον στόχο του. Δεν συναναστρέφεται ανθρώπους με τις ίδιες φιλοδοξίες, είτε δεν έχει το χρόνο για να αναζητήσει τα στάδια που πρέπει να ακολουθήσει. Οι στόχοι που θέτει είναι αόριστοι και συνεπώς οδηγείται σε σύγχυση και αποθάρρυνση.
3. Δυσκολία και Φόβος: είναι πολύ σύνηθες το άτομο, εξαιτίας της δυσκολίας που έχει ο στόχος του, να φοβάται ότι θα αποτύχει. Η ανησυχία της μη ανταπόκρισης στις υψηλές του απαιτήσεις , τον αποτρέπει μέχρι και από την έναρξη της προσπάθειας.
4. Απόσπαση προσοχής: πολύ συχνά, κατά τη διάρκεια της προσπάθειας του, αποσπάται από εξωγενείς παράγοντες, οι οποίοι τον εμποδίζουν από το να συνεχίσει να ασχολείται με τον στόχο του.
5. Έλλειψη υποστήριξης: ένα μη υγιές κοινωνικό και οικογενειακό περιβάλλον, το οποίο δεν υποστηρίζει και δεν ενθαρρύνει τις αποφάσεις του, τον ωθεί στην αδράνεια και στην αποτυχία.

Συνεπάγεται λοιπόν, ότι σε μία τέτοιου είδους πραγματικότητα το να ασχοληθεί κάποιος με τα προσωπικά του θέλω, είναι πολυτέλεια. Γι ' αυτό το λόγο πρέπει να βρεθούν λύσεις, ώστε η πολυτέλεια αυτή όχι μόνο να γίνει απόκτημα του καθενός, αλλά να είναι ένα διασκεδαστικό κομμάτι μέσα στη δυσκολία της καθημερινότητας.

1.2 Σκοπός

Στόχος λοιπόν της παρούσας πτυχιακής είναι η ανάπτυξη μίας εφαρμογής κοινωνικής δικτύωσης, η οποία θα βοηθάει το χρήστη να οργανώσει τους στόχους του και να παραμείνει πιστός σε αυτούς. Βοηθώντας τον έτσι να ξεπεράσει όλες τις δυσκολίες της σύγχρονης πραγματικότητας, που αποτελούν τροχοπέδη στην προσωπική του ανάπτυξη και ευημερία.

Η εφαρμογή θα δίνει τη δυνατότητα στους χρήστες της να καταγράφουν την πορεία του στόχου τους, διατηρώντας ένα αρχείο από εικόνες στο προσωπικό τους προφίλ που θα δημοσιεύουν οι ίδιοι καθημερινά. Παράλληλα, οι χρήστες θα μπορούν να κοινοποιούν τις φωτογραφίες αυτές στους διαδικτυακούς τους φίλους και να μοιράζονται την εμπειρία τους. Με αυτό τον τρόπο, το άτομο ενισχύει τη σύνδεση με το στόχο του και ενθαρρύνεται ώστε να μη τα παρατήσει. Επιπλέον, του δίνεται η ευκαιρία να λάβει αλλά και να δώσει συμβουλές σε άλλους χρήστες, οι οποίοι ακολουθούν έναν παρόμοιο στόχο, καθώς και να τους εμπνεύσει.

Επιπλέον στόχος είναι να μελετηθεί το κατά πόσο μία τέτοιου είδους εφαρμογή μπορεί να ωφελήσει το σύγχρονο άνθρωπο. Αυτό θα πραγματοποιηθεί μέσα από μελέτη των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και την σχέση των ανθρώπων με αυτά. Ενώ θα διερευνηθούν και παρόμοιες εργασίες και εφαρμογές που έχουν αναπτυχθεί για να εντοπιστούν οι τυχόν αδυναμίες τους αλλά και τα θετικά τους αποτελέσματα.

1.3 Οργάνωση της εργασίας

Στη παρούσα πτυχιακή εργασία θα αναπτυχθούν τα εξής κεφάλαια:

Στο Κεφάλαιο 2 αναλύονται τα μοντέλα ανάπτυξης ψηφιακών εφαρμογών και επισημαίνεται η ανάγκη των ανθρώπων να μοιράζονται τα προβλήματα τους και πώς αυτό επιδρά θετικά στους στόχους τους.

Στο Κεφάλαιο 3 γίνεται αναφορά στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και πώς αυτά βοηθούν τους χρήστες τους να επιτύχουν τους στόχους τους. Ενώ επισημαίνονται ήδη υπάρχουσες εφαρμογές επίτευξης στόχων, καθώς και παρόμοιες εργασίες, οι οποίες αναλύουν την ανάπτυξη μίας ψηφιακής εφαρμογής για την επίτευξη κάποιου στόχου.

Στο Κεφάλαιο 4 παρουσιάζεται η εφαρμογή Life me up και ο σχεδιασμός της. Αναλύονται οι λειτουργικές και μη λειτουργικές της απαιτήσεις και γίνεται αναφορά στο σχεδιασμό της βάσης δεδομένων.

Στο Κεφάλαιο 5 παρουσιάζεται η υλοποίηση της εφαρμογής, τα μέσα και τα εργαλεία που χρησιμοποιήθηκαν και γίνεται παρουσίαση της βάσης δεδομένων με τα χαρακτηριστικά της.

Τέλος, στο Κεφάλαιο 6 παρουσιάζονται τα συμπεράσματα που διεξήχθησαν από την παρούσα εργασία, οι βελτιώσεις που θα μπορούσαν να γίνουν και η επισημαίνεται η συνεισφορά της εφαρμογής στην επίτευξη στόχων.

Κεφάλαιο 2 Θεωρία

2.1 Εισαγωγή

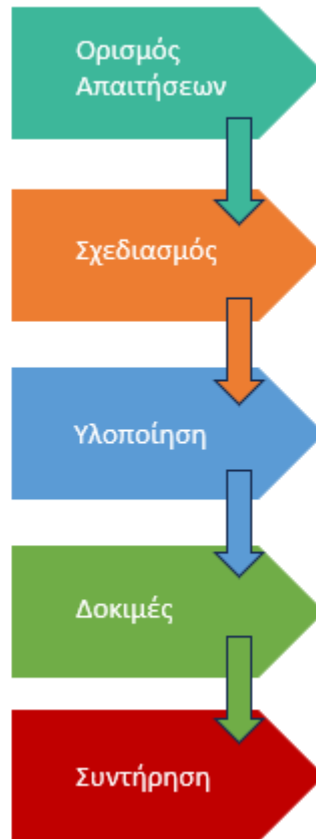
Σε αυτή την ενότητα θα συζητηθούν τα μοντέλα ανάπτυξης μίας εφαρμογής. Θα αναλυθούν τα χαρακτηριστικά τους και θα επισημανθούν τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματά τους. Επιπλέον θα γίνει αναφορά στο πόσο σημαντικό είναι οι άνθρωποι να μοιράζονται τις καταστάσεις που βιώνουν και θα επισημανθούν μελέτες που το αποδεικνύουν.

2.2 Μοντέλα ανάπτυξης εφαρμογής

Η ανάπτυξη μίας εφαρμογής και γενικά ενός προγράμματος αποτελείται από ένα σύνολο από βήματα που πρέπει να ακολουθηθούν για να υλοποιηθεί σωστά και σε συγκεκριμένο χρόνο και κόστος. Γι' αυτό υπάρχουν διάφορα είδη μοντέλων τα οποία χρησιμοποιούνται ευρέως για την ανάπτυξη προγραμμάτων. Κάποια από αυτά παρουσιάζονται παρακάτω, όπως και το μοντέλο που χρησιμοποιήθηκε για την υλοποίηση του Life me Up.

2.2.1 Μοντέλο καταρράκτη

Το μοντέλο του καταρράκτη (Waterfall model) είναι μια μέθοδος που χρησιμοποιείται στον τομέα της διαχείρισης έργων (project management) για την οργάνωση και τη διεξαγωγή έργων με γραμμική και συνεχόμενη διαδικασία. Αυτή η μεθοδολογία χωρίζει την εξέλιξη του έργου σε διάφορες φάσεις, κάθε μία από τις οποίες ολοκληρώνεται πριν προχωρήσει στην επόμενη (Alshamrani & Bahattab, 2015).



Εικόνα 1: Μοντέλο καταρράκτη εμπνευσμένο από (Mishra & Dubey, 2013)

Παρακάτω παρουσιάζεται μια επισκόπηση του τρόπου λειτουργίας της μεθοδολογίας του μοντέλου του καταρράκτη:

1. Ορισμός απαιτήσεων: Στην αρχική φάση, διευκρινίζονται οι απαιτήσεις, και γίνεται ο προγραμματισμός ανάπτυξης της εφαρμογής. Αυτή η φάση περιλαμβάνει την κατανόηση των προβλημάτων, των στόχων, των περιορισμών και της λειτουργικότητας.
2. Σχεδιασμός: Μόλις ολοκληρωθούν οι απαιτήσεις, ξεκινά η φάση σχεδιασμού όπου γίνεται ο λεπτομερής σχεδιασμός της αρχιτεκτονικής της εφαρμογής, του περιβάλλοντος χρήστη και μεριμνάται η αποδοτικότητα του και η ασφάλεια του.
3. Υλοποίηση: Σε αυτή τη φάση ξεκινάει η ανάπτυξη της εφαρμογής σύμφωνα με τις προδιαγραφές που έχουν οριστεί από τα προηγούμενα στάδια. Αυτή η φάση περιλαμβάνει τη δημιουργία του πραγματικού λογισμικού, του υλικού ή άλλων παραδοτέων.

4. Δοκιμές: Αυτό το στάδιο αφορά τη λειτουργικότητα, την απόδοση και την ασφάλεια της. Πραγματοποιούνται δοκιμές για την ανίχνευση και επίλυση οποιονδήποτε προβλημάτων στο σύστημα και αξιολογείται η λειτουργικότητα του.
5. Σύντηρηση: Η εφαρμογή μετά την ολοκλήρωση της μπορεί να χρειαστεί να υποβληθεί σε κάποιες αλλαγές για την καλύτερη λειτουργία της.

Πλεονεκτήματα της μεθοδολογίας του καταρράκτη (Mujumdar, Masiwal, & Chawan, 2012):

1. Είναι εύκολο στην κατανόηση και στην υλοποίηση.
2. Η δομημένη προσέγγιση του μοντέλου παρέχει μία σαφή πορεία για ολόκληρη την εφαρμογή, διευκολύνοντας τον προγραμματισμό της και την καλύτερη διαχείριση των πόρων της.
3. Σε κάθε νέα φάση οι απαιτήσεις, ο σχεδιασμός και τα αποτελέσματα αξιολογούνται, επιτρέποντας τον καλύτερο σχεδιασμό της επόμενης φάσης.
4. Το μοντέλο του καταρράκτη είναι αποτελεσματικό, όταν οι απαιτήσεις του έργου είναι συγκεκριμένες, προαποφασισμένες και δεν ενδέχεται να αλλάξουν σημαντικά.

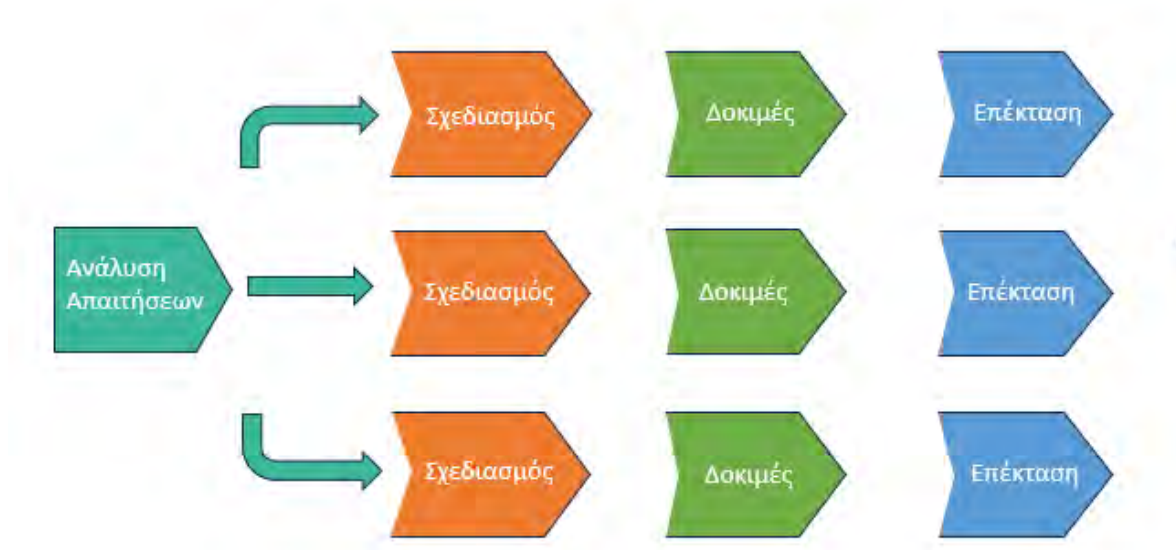
Μειονεκτήματα της μεθοδολογίας του καταρράκτη (Mujumdar, Masiwal, & Chawan, 2012):

1. Η γραμμικότητα της μεθόδου δεν διευκολύνει την δημιουργία αλλαγών ή νέων απαιτήσεων αφού το έργο μπορεί να βρίσκεται σε πιο προχωρημένες φάσεις.
2. Κατά τη διάρκεια των δοκιμών μπορεί να εμφανιστούν προβλήματα, οδηγώντας σε αυξημένες δαπάνες για την επιδιόρθωση προβλημάτων αργότερα στο έργο.
3. Η γραμμική προσέγγιση μπορεί να οδηγήσει σε μακρές περιόδους ανάπτυξης, καθυστερώντας την παράδοση του τελικού προϊόντος.
4. Τα πραγματικά έργα σπάνια υλοποιούνται με βάση αυτή τη μέθοδο.

2.2.2 Μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση

Το μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση (Incremental model) είναι μια μέθοδος στη διαχείριση έργων που βασίζεται στην ιδέα της σταδιακής ανάπτυξης του έργου μέσω διαδοχικών επεκτάσεων. Κατά τη διάρκεια κάθε επέκτασης, προστίθενται νέα χαρακτηριστικά, λειτουργίες ή δυνατότητες στο έργο, με την προσθήκη να γίνεται σε κάθε επανάληψη (Alshamrani & Bahattab, 2015).

Σε αντίθεση με το μοντέλο του καταρράκτη που προχωρά σε μια γραμμική σειρά από φάσεις, το μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση χρησιμοποιεί επαναλαμβανόμενες κύκλους ανάπτυξης.



Εικόνα 2: Μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση εμπνευσμένο από (Mishra & Dubey, 2013)

Κατά τη διάρκεια κάθε κύκλου, η διαδικασία περιλαμβάνει τα εξής βήματα:

1. Ανάλυση απαιτήσεων: Καθορίζονται τα νέα χαρακτηριστικά που πρόκειται να προστεθούν καθώς και οι απαιτήσεις τους.
2. Σχεδιασμός και ανάπτυξη: Σχεδιάζεται η αρχιτεκτονική και η δομή της επέκτασης.
3. Δοκιμές: Οι νέες προσθήκες υποβάλλονται σε δοκιμές για να εξασφαλιστεί ότι λειτουργούν σωστά και δεν δημιουργούν προβλήματα στο υπάρχον σύστημα.
4. Επέκταση: Οι νέες λειτουργίες αναπτύσσονται και προστίθενται στο υπάρχον έργο.

Πλεονεκτήματα του μοντέλου επικεντρωμένου στην επέκταση (Mujumdar, Masiwal, & Chawan, 2012):

1. Η μέθοδος αυτή επιτρέπει τη συχνή παράδοση επιμέρους τμημάτων της εργασίας, επιτρέποντας στους ενδιαφερόμενους να ελέγχουν την πρόοδο και να παρέχουν ανατροφοδότηση.
2. Επειδή το μοντέλο χωρίζει την εργασία σε επιμέρους τμήματα, είναι ευκολότερο να προσαρμοστεί σε αλλαγές ή σε νέες απαιτήσεις που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης.
3. Η ανατροφοδότηση που δίνεται από τη μία φάση του έργου παρέχει πληροφορίες για την επόμενη φάση του.

Μειονεκτήματα του μοντέλου επικεντρωμένου στην επέκταση (Mujumdar, Masiwal, & Chawan, 2012):

1. Η διαχείριση πολλαπλών επεκτάσεων μπορεί να οδηγήσει σε περίπλοκη ανάπτυξη και δυσκολίες στον συντονισμό των διαφόρων τμημάτων και των μελών της ομάδας.
2. Με την προσθήκη νέων χαρακτηριστικών σε κάθε επέκταση, το έργο μπορεί να καταλήξει να είναι υπερβολικά περίπλοκο και να είναι δύσκολο στη διαχείριση.
3. Κάθε νέα επέκταση πρέπει να δοκιμαστεί επαρκώς για να διασφαλιστεί η ποιότητα, καθιστώντας τη διαδικασία δοκιμών αυξημένα περίπλοκη.

2.2.3 Μοντέλο σπирάλης

Το μοντέλο σπирάλης (Spiral Model) είναι μια προχωρημένη μέθοδος στη διαχείριση έργων, η οποία εξελίσσει το incremental model, με μεγαλύτερη έμφαση στην ανάλυση ρίσκου. Αυτή η προσέγγιση επιτρέπει την ανάπτυξη του έργου μέσα από σειρές κύκλων ή "σπειρών", κάθε μία από τις οποίες περιλαμβάνει τέσσερα βασικά βήματα: Σχεδιασμό, Ανάλυση Ρίσκου, Κατασκευή και Αξιολόγηση (Alshamrani & Bahattab, 2015).

Κάθε νέος κύκλος είναι μια επέκταση του προηγούμενου κύκλου, αναπτύσσοντας νέα χαρακτηριστικά ή βελτιώνοντας τα υπάρχοντα, βάσει της ανατροφοδότησης από τον πελάτη και τις δοκιμές. Έτσι εξασφαλίζεται ότι το έργο παραμένει ευέλικτο και ανταποκρίνεται στις ανάγκες του πελάτη.



Εικόνα 3: Μοντέλο σπирάλης εμπνευσμένο από (Mishra & Dubey, 2013)

Πλεονεκτήματα του μοντέλου σπирάλης (Mujumdar, Masiwal, & Chawan, 2012):

1. Το μοντέλο επιτρέπει την εφαρμογή αλλαγών και την προσαρμογή των απαιτήσεων και του σχεδιασμού κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης.
2. Οι κύκλοι επαναλήψεων επιτρέπουν την ανίχνευση και την αντιμετώπιση πιθανών προβλημάτων και κινδύνων.
3. Εντάσσει την ανάλυση ρίσκου μέσα στη διαχείριση του έργου.
4. Είναι κατάλληλο για μεγάλες και δύσκολες εργασίες

Μειονεκτήματα του μοντέλου σπирάλης (Mujumdar, Masiwal, & Chawan, 2012):

1. Η διαχείριση πολλαπλών κύκλων μπορεί να γίνει πολύπλοκη και να απαιτεί προσεκτικό σχεδιασμό.
2. Η επαναληπτικότητα του μοντέλου απαιτεί περισσότερο χρόνο και πόρους σε σχέση με άλλες μεθοδολογίες άρα και μεγαλύτερο κόστος.
3. Έχει μεγάλη εξάρτηση από την ανάλυση του ρίσκου.
4. Είναι ένα μοντέλο το οποίο χρησιμοποιείται κυρίως από έμπειρους προγραμματιστές ή μεγάλες ομάδες καθώς έχει μεγάλη πολυπλοκότητα.
5. Δεν είναι κατάλληλο για μικρές εργασίες εξαιτίας της πολυπλοκότητάς του.

2.2.4 Επιλογή μοντέλου

Το μοντέλο που χρησιμοποιήθηκε για την υλοποίηση της εφαρμογής Life me Up είναι το επικεντρωμένο στην επέκταση (incremental model). Το συγκεκριμένο μοντέλο επιλέχθηκε γιατί δεν ήταν από την αρχή καθορισμένος ο σχεδιασμός της εφαρμογής και πως θα λειτουργεί. Έγιναν διάφορες αλλαγές κατά τη διάρκεια της υλοποίησης ενώ παράλληλα τα επιμέρους τμήματα της εφαρμογής υλοποιήθηκαν και ελέγχθηκαν τμηματικά.

Τα στάδια που ακολουθήθηκαν κατά τη διάρκεια της υλοποίησης είναι:

1. Σχεδιασμός: Σχεδιάζεται το τμήμα της εφαρμογής που θέλουμε να υλοποιήσουμε
2. Υλοποίηση: αναπτύσσεται προγραμματιστικά το νέο κομμάτι της εφαρμογής και προσαρμόζεται στο ήδη υπάρχον
3. Δοκιμές: δοκιμάζεται η λειτουργικότητα του και γίνονται οι απαραίτητες αλλαγές
4. Επέκταση: το νέο τμήμα προστίθεται στην εφαρμογή και η διαδικασία ξεκινάει από την αρχή για το επόμενο τμήμα.

2.3 Η σημασία του να μοιράζεσαι

Ο άνθρωπος έχει την τάση να μοιράζεται τις ευχάριστες στιγμές της ζωής του, έτσι ώστε να δημιουργεί μία θετική εικόνα προς τους άλλους, αλλά και προς τον ίδιο του τον εαυτό. Το να μοιράζεται κανείς ευχάριστες πληροφορίες τον βοηθάει να νιώθει ικανοποιημένος με τη ζωή του, να μην νιώθει μοναξιά και να ενισχύσει την αξία του γεγονότος για εκείνον (Barasch, 2020). Παρ' όλα αυτά εκτός από τα ευχάριστα είναι σημαντικό ένας άνθρωπος να μοιράζεται και τις δυσκολίες στη ζωή του και πόσο μάλλον το τι κάνει για να τις αντιμετωπίσει.

Από μελέτες που έχουν γίνει έχει διαπιστωθεί ότι όταν ένας άνθρωπος μοιράζεται το πρόβλημα του ή τις γνώσεις του με ανθρώπους που αντιμετωπίζουν το ίδιο πρόβλημα, ή βιώνουν την ίδια κατάσταση, αυτό δρα ενθαρρυντικά και έχει θετικό αντίκτυπο στην προσπάθεια του. Για παράδειγμα, το 2011 διεξήχθη μία έρευνα (Newman, Lauterbach, Munson, Resnick, & Morris, 2011) με σκοπό την κατανόηση του γιατί οι άνθρωποι που βιώνουν προβλήματα υγείας, τείνουν να μοιράζονται πληροφορίες διαδικτυακά. Σε αυτή συμμετείχαν 14 άτομα, τα οποία είτε προσπαθούσαν να χάσουν βάρος, είτε έπασχαν από διαβήτη τύπου 2. Οι συμμετέχοντες επιλέχθηκαν με το κριτήριο ότι είχαν δημοσιεύσει

τουλάχιστον 5 μηνύματα το τελευταίο μήνα στο Facebook ή σε κάποια διαδικτυακή κοινότητα για την υγεία (OHS – Online Health Communities). Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι λόγοι που ωθούν τους ανθρώπους σε αυτή την πράξη είναι οι εξής:

1. Συναισθηματική υποστήριξη: οι άνθρωποι με τους οποίους μοιράζονταν τα προβλήματα τους σε αυτές τις πλατφόρμες, βίωναν τα ίδια προβλήματα με αυτούς. Έτσι βρίσκονταν σε θέση να μπορούν να τους προσέφεραν ενθαρρυντικές συμβουλές και να παρέχουν τη βοήθεια τους όποτε εκείνοι τη ζητούσαν.
2. Κινητοποίηση: η συναναστροφή με άτομα τα οποία είχαν ήδη πετύχει το στόχο τους, αποτελούσε κίνητρο γι' αυτούς ώστε να συνεχίσουν την προσπάθειά τους.
3. Κοινωνική Ευθύνη: η δημοσιοποίηση του προβλήματος τους στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τους δημιουργούσε το αίσθημα της ευθύνης. Ένιωθαν ότι είχαν δώσει μία υπόσχεση δημοσίως και συνεπώς έπρεπε να παραμείνουν πιστοί στο στόχο τους.
4. Λήψη συμβουλών: η λήψη συμβουλών από άτομα που βίωναν την ίδια κατάσταση, τους βοηθούσε στο να διαχειριστούν το πρόβλημα τους, να αποφεύγουν καταστάσεις που είχαν ήδη βιώσει οι υπόλοιποι. Ήταν ένας τρόπος για να ενισχυθεί το αίσθημα της εμπιστοσύνης μεταξύ αγνώστων και ο χρήστης να νιώθει πιο ασφαλής να μοιραστεί τη δική του εμπειρία.

Παράλληλα, στα πλαίσια ενός πειράματος, που έγινε από τις Νότιες Μη Κυβερνητικές Οργανώσεις, με σκοπό την ενδυνάμωση των κοινοτήτων στο κομμάτι των γνώσεων και της μάθησης, έγινε ανταλλαγή πληθυσμών μεταξύ των φτωχών πόλεων (Patel & Mitlin, 2002). Με αυτό τον τρόπο επιτεύχθηκε η ανταλλαγή γνώσεων μεταξύ των κοινοτήτων, το οποίο είχε σαν αποτέλεσμα όχι μόνο την κοινωνική ανάπτυξη, αλλά και την ατομική εξέλιξη των κατοίκων. Μέσω αυτού αποδεικνύεται ότι ο διαμοιρασμός της γνώσης μπορεί να επιφέρει θετικά αποτελέσματα στους συνανθρώπους μας και να τους βοηθήσει να εξελιχθούν.

Τέλος, σε έρευνες που επικεντρώνονται σε ανθρώπους που βιώνουν κάποιου είδους πάθηση (Bülow, 2004) ή έχουν κάποιο πρόβλημα εθισμού (Steffen, 1997), έχει παρατηρηθεί ότι η συναναστροφή με άτομα που αντιμετωπίζουν το ίδιο πρόβλημα και παραδοχή του προβλήματος τους, μπορεί να τους βοηθήσει θετικά. Αυτό συμβαίνει καθώς όταν οι ίδιοι βρίσκουν την δύναμη να μοιραστούν το πρόβλημα τους, ουσιαστικά καταφέρνουν να το αποδεχτούν και να συμφιλιωθούν με την ιδέα. Παράλληλα με αυτόν

τον τρόπο, εντάσσονται σε μία κοινότητα και νιώθουν ότι δεν είναι μόνοι στον αγώνα τους, αλλά υπάρχουν άνθρωποι που βρίσκονται στην ίδια θέση και μπορούν να τους κατανοήσουν και να τους συμπαρασταθούν.

Κεφάλαιο 3 Βιβλιογραφική Ανασκόπηση

3.1 Εισαγωγή

Όπως επισημάνθηκε και στο 2.3, όταν ο άνθρωπος μοιράζεται το πρόβλημα του και τη κατάσταση την οποία βιώνει, αυτό δρα ενθαρρυντικά και τον βοηθάει να συνεχίσει να προσπαθεί να πετύχει το στόχο του. Γι'αυτο το λόγο έχουν αναπτυχθεί διάφορα μέσα, ανά τα χρόνια, τα οποία δίνουν τη δυνατότητα στο άτομο να μοιραστεί τους προβληματισμούς του, να ανταλλάξει απόψεις και να κινητοποιηθεί. Παράλληλα έχουν διεξαχθεί και πολλές ερευνητικές μελέτες, σχετικά με το πως οι εφαρμογές μπορούν να κινητοποιήσουν το χρήστη και να τον ενθαρρύνουν να πετύχει τους προσωπικούς του στόχους και να προωθήσουν την προσωπική του εξέλιξη.

Παρακάτω παρατίθενται κάποια από αυτά τα μέσα, αναλύονται τα χαρακτηριστικά της λειτουργίας τους και επισημαίνεται η συμβολή τους στην προσπάθεια των ανθρώπων να πετύχουν τους στόχους τους. Επιπλέον γίνεται ιδιαίτερη αναφορά στα αποτελέσματα ερευνών που έχουν γίνει για τον ίδιο ακριβώς σκοπό.

3.2 Μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Τα τελευταία χρόνια η τεχνολογία εξελίσσεται ραγδαία και έχει γίνει αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας. Από το απλό τηλεφώνημα, μέχρι τη δημοσίευση μίας φωτογραφίας, τα κινητά βρίσκονται εκεί για να δώσουν λύσεις στα καθημερινά προβλήματα αλλά και να ψυχαγωγήσουν.

Σε έρευνες που έχουν γίνει (Son, et al., 2014) (Deng, et al., 2019) (Wang, Chen, & Liang, 2011) έχει διαπιστωθεί ότι οι άνθρωποι χρησιμοποιούν όλο και περισσότερο το κινητό στην καθημερινότητα τους και πόσο μάλλον για να συνδεθούν σε κάποιο μέσο κοινωνικής δικτύωσης. Σύμφωνα με ένα άρθρο που δημοσιεύθηκε το 2019 (Ortiz-Ospina, 2019) 3.5 δισεκατομμύρια άνθρωποι μέχρι τότε είχαν λογαριασμό σε ένα Μέσο Κοινωνικής Δικτύωσης, με το δημοφιλέστερο να είναι το Facebook με 2.4 δισεκατομμύρια χρήστες.

Η ιστορία των μέσων κοινωνικής δικτύωσης έχει τις ρίζες της στο 1844 (The Evolution of Social Media: How Did It Begin, and Where Could It Go Next?, 2021), καθώς τότε για πρώτη φορά συντάχθηκε το πρώτο μήνυμα σε μορφή Morse και εστάλη μέσω τηλεγράφου, από τη Βαλτιμόρη στην Ουάσινγκτον. Βέβαια το συγκεκριμένο μήνυμα δεν παρομοιάζε

καθόλου στη μορφή των μέσων κοινωνικής δικτύωσης όπως είναι σήμερα. Η πρώτη εμφάνιση τους στη μορφή που γνωρίζουμε, έγινε το 1997, με τη δημιουργία του Six Degrees, το οποίο όμως δεν κυκλοφόρησε για μεγάλο χρονικό διάστημα (Maryville, 2020). Οι λόγοι που οι χρήστες χρησιμοποιούν τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης όπως αναφέρεται (Bolton, et al., 2013) (Brandtzæg & Heim, 2009), είναι για να επικοινωνήσουν με τους φίλους και την οικογένεια τους, να ενημερωθούν, να δημιουργήσουν και να κοινοποιήσουν περιεχόμενο, να παίξουν, αλλά και απλά για να συμβαδίσουν με τους συνομηλίκους τους. Ως επακόλουθο λοιπόν, τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας και επηρεάζουν σημαντικά τους χρήστες τους.

Το 2013 έγινε μία βιβλιογραφική έρευνα (Moorhead, et al., 2013), με στόχο την ανάδειξη των πλεονεκτημάτων των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στην υγεία του ατόμου καθώς και με ποιον τρόπο συμβάλλουν σε αυτό. Στην έρευνα συμπεριλήφθηκαν 98 ερευνητικές μελέτες, και τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι χρήστες μέσω των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ενισχύουν την αλληλεπίδραση τους με άλλους, ανταλλάσσοντας μηνύματα που σχετίζονται με την υγεία.

Παράλληλα, διαπιστώθηκε ότι τα πλεονεκτήματα που κερδίζει ένας χρήστης είναι τα εξής:

1. Εύκολη πρόσβαση σε πληροφορίες σχετικά με την υγεία του ατόμου
2. Ενίσχυση της επικοινωνίας του με νέα άτομα
3. Περισσότερες εξατομικευμένες πληροφορίες
4. Συναισθηματική υποστήριξη από τον διαδικτυακό του κύκλο
5. Κοινωνική επίβλεψη της υγείας του
6. Επιρροή των αντιλήψεων του για την υγεία

Μπορεί η ανταλλαγή πληροφοριών μέσα από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης να ωφελήσει σημαντικά την υγεία των χρηστών, παρ' όλα αυτά όμως, στην έρευνα αυτή, εντοπίστηκαν και κάποια προβλήματα που μπορεί να επιφέρουν αρνητικά αποτελέσματα. Οι πληροφορίες που μπορεί να εκμαιεύσει ένας χρήστης από το διαδίκτυο, είναι πολύ πιθανόν να πηγάζουν από μη έγκυρες πηγές. Αυτό είναι ένα πολύ επικίνδυνο χαρακτηριστικό του διαδικτύου, ειδικά όταν σχετίζεται με την υγεία των ανθρώπων. Γι'

αυτό είναι πολύ σημαντικό οι πηγές να ελέγχονται για την εγκυρότητα τους και να μη γίνεται ανεξέλεγκτη ροή πληροφοριών.

3.3 Instagram

Το Instagram είναι ένα από τα δημοφιλέστερα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Πρώτη φορά κυκλοφόρησε το 2010 και σήμερα είναι ένα από τα μεγαλύτερα, σε αριθμό χρηστών, μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Σύμφωνα με τους Lee, Abu Bakar, Muhammad Dahri, & Sin (2015), μέχρι το 2013 η εφαρμογή είχε φτάσει τους 150 εκατομμύρια χρήστες, ενώ μέχρι το 2015 αυτοί είχαν διπλασιαστεί. Το 2022 οι χρήστες έφτασαν τα 2 δισεκατομμύρια (Eldridge, 2023) και η εφαρμογή συνεχίζει να αναπτύσσεται.

Σύμφωνα με έρευνες που έχουν γίνει, έχει αποδειχθεί ότι το Instagram μπορεί να βοηθήσει τους χρήστες του, στο να κινητοποιηθούν και να επιτύχουν τους στόχους τους. Σε μία έρευνα που δημοσιεύθηκε στο *Frontiers in Psychology* (Hendersen, 2020), στην οποία συμμετείχαν 500 άτομα, διαπιστώθηκε ότι το Ίνσταγκραμ μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην κινητοποίηση των χρηστών του. Στο πείραμα αυτό, οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν σε δύο ομάδες. Η διαφορά των δύο ομάδων ήταν ότι η μία ακολουθούσε έναν λογαριασμό στο Instagram, ο οποίος καθημερινά κοινοποιούσε δημοσιεύσεις με ενθαρρυντικό περιεχόμενο σχετικά με την εκγύμναση. Στο τέλος του πειράματος παρατηρήθηκε ότι τα άτομα που ακολουθούσαν το συγκεκριμένο λογαριασμό, απολάμβαναν περισσότερο την άθληση τους και είναι λιγότερο πιθανόν να σταματήσουν την προσπάθειά τους.

Παράλληλα, σε μία άλλη έρευνα (Chung, et al., 2017) στην οποία συμμετείχαν 16 άτομα, τα αποτελέσματα της έδειξαν ότι υπάρχουν πολλοί λόγοι που οι χρήστες χρησιμοποιούν το Instagram ως μέσο επίτευξης στόχων. Τα άτομα που συμμετείχαν στην έρευνα χρησιμοποιούσαν καθημερινά το Instagram ως μέσο επίτευξης των στόχων τους, οι οποίοι σχετίζονταν με την υγιεινή διατροφή και την άσκηση. Κάποιοι από τους λόγους, που οι ίδιοι ανέφεραν στις συνεντεύξεις τους είναι ότι το βρίσκουν διασκεδαστικό, λαμβάνουν ψυχολογική υποστήριξη, κινητοποιούν και κινητοποιούνται, εμπνέονται και ενθαρρύνονται να συνεχίσουν. Παρ' όλα αυτά υπάρχουν και περιπτώσεις όπου οι δημοσιεύσεις έχουν αρνητικό αντίκτυπο στο άτομο. Αυτό συμβαίνει όταν αυτές είναι

ελλιπείς και μη ρεαλιστικές και προβάλλουν πρότυπα και συνήθειες τα οποία υιοθετούνται χωρίς την απαραίτητη κριτική σκέψη από το χρήστη.

3.4 Forums

Τα forums είναι διαδικτυακές πλατφόρμες όπου οι άνθρωποι μπορούν να μοιράζονται τις σκέψεις και τους προβληματισμούς τους και να δημιουργούν συζητήσεις πάνω σε συγκεκριμένα θέματα που τους αφορούν. Έκαναν την πρώτη τους εμφάνιση το 1980, και σήμερα χρησιμοποιούνται κυρίως ως μέσο εκμάθησης από τα σχολεία (Montero, Watts, & García-Carbonell, 2007), καθώς έχει αποδειχθεί ότι έχουν πολύ θετικά αποτελέσματα στην εκπαίδευση.

Στα forum υπάρχει ποικίλη θεματολογία η οποία χωρίζεται σε ενότητες και υποενότητες. Μία ενότητα μπορεί να δημιουργηθεί από τη δημοσίευση ενός χρήστη, την οποία μπορούν να δουν και να σχολιάσουν οι υπόλοιποι χρήστες. Με αυτόν τον τρόπο δημιουργούνται νέες συζητήσεις, μέσα από τις οποίες τους δίνεται η δυνατότητα, να επικοινωνήσουν με άτομα που έχουν κοινά ενδιαφέροντα, να θέτουν ερωτήματα, να μοιραστούν εμπειρίες αλλά και να προσφέρουν συμβουλές.

Τα περισσότερα forums είναι προσβάσιμα και ανοιχτά για όλους. Το μόνο που μπορεί να χρειαστεί είναι να δημιουργήσει ο χρήστης έναν νέο λογαριασμό με το email και τον κωδικό του. Βέβαια υπάρχουν και κάποιες πιο ιδιωτικές ομάδες, στις οποίες για να συμμετάσχει κανείς, μπορεί να χρειαστεί να κάνει αίτημα συμμετοχής, το οποίο πρέπει να εγκρίνει ο διαχειριστής ή να διαθέτει κάποιου είδους κωδικό για να μπορέσει να συνδεθεί στη πλατφόρμα.

Σε έρευνα που έχει γίνει (Pendry & Salvatore, 2015), διαπιστώθηκε ότι η συμμετοχή των ανθρώπων σε τέτοιου είδους διαδικτυακές πλατφόρμες, μπορεί να βελτιώσει σημαντικά τη ζωή τους. Αυτό συμβαίνει καθώς τους κάνει να νιώθουν περισσότερο ενδυναμωμένοι και να έχουν αυξημένη αυτοπεποίθηση.

Παράλληλα, σύμφωνα με τους (Prescott, Hanley, & Ujhelyi Gomez, 2019) υποστηρίζεται ότι οι νέοι τείνουν να χρησιμοποιούν τα forums σήμερα για ψυχολογική και συναισθηματική υποστήριξη. Τα forums αποτελούν γι'αυτούς διαδικτυακούς χώρους, όπου νιώθουν ασφάλεια, μπορούν να ζητήσουν συμβουλές και να μοιραστούν τους

προβληματισμούς τους. Με αυτό τον τρόπο νιώθουν ότι ανήκουν σε ένα σύνολο, το οποίο τους υποστηρίζει και δεν τους δημιουργεί αισθήματα μοναξιάς.

Επιπλέον, σε μία άλλη έρευνα (Ye & Pennisi, 2022) που διεξήχθη το 2019, εξετάστηκε το πώς τα διαδικτυακά φόρουμ μπορούν να ωφελήσουν την εξ' αποστάσεως εκπαίδευση. Η έρευνα έγινε σε ένα δημόσιο πανεπιστήμιο των Ηνωμένων Πολιτειών, και σε αυτή συμμετείχαν 125 μαθητές. Ως μέρος της αξιολόγησης τους ήταν η συμμετοχή τους σε διαδικτυακές συζητήσεις πάνω σε διαφορετικά θέματα, οι οποίες όμως σχετιζόνταν με το μάθημα που παρακολουθούσαν. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η εκμάθηση μπορεί να επηρεαστεί θετικά από την συμμετοχή των μαθητών σε διαδικτυακές συζητήσεις. Ενώ διεξήχθη το συμπέρασμα, ότι η λήψη γνώσεων προέρχεται από το σχολιασμό και την ανάγνωση των αναρτήσεων από τους υπολοίπους, καθώς με αυτόν τον τρόπο το άτομο καταφέρνει να ενσωματώσει και να εσωτερικεύσει χρήσιμες πληροφορίες από άλλους.

Άρα συμπεραίνεται ότι οι διαδικτυακές συζητήσεις είναι πολύ ωφέλιμες για το άτομο καθώς μπορεί να μοιράζεται τους προβληματισμούς του, να λαμβάνει γνώσεις, να κινητοποιείται και να εμψυχώνεται. Παρ' όλα αυτά τα τελευταία χρόνια τα forums τείνουν να εξαφανιστούν καθώς αντικαθίστανται από τις εφαρμογές κοινωνικής δικτύωσης. Βέβαια υπάρχει ακόμα ένα μέρος πληθυσμού που τα χρησιμοποιεί, καθώς συνεχίζουν να εντοπίζουν τα οφέλη που τους προσφέρουν.

3.5 Εφαρμογές επίτευξης στόχων

Στην αγορά των ψηφιακών εφαρμογών, υπάρχουν ήδη κάποιες εφαρμογές οι οποίες βοηθούν τους ανθρώπους να πετύχουν τους στόχους τους. Παρακάτω παρουσιάζονται κάποιες ήδη υπάρχουσες εφαρμογές και δίνεται μία μικρή περιγραφή της λειτουργίας τους.

- Click Up: Είναι μία εφαρμογή χρονοπρογραμματισμού για εταιρείες, όπου οι εργαζόμενοι μπορούν να επικοινωνούν μεταξύ τους και να θέτουν τους προσωπικούς τους στόχους πάνω στη δουλειά (ClickUp| One up to replace them all, n.d.).
- Strides: στόχος της είναι να βοηθήσει το άτομο να χτίσει τη δική του ρουτίνα και να παραμείνει κινητοποιημένος χρησιμοποιώντας γραφήματα καταγραφής της

πορείας του και καθημερινές υπενθυμίσεις (Goal & Habit Tracker + SMART Goal Setting App, n.d.).

- Weekdone: εφαρμογή για εταιρείες ώστε να καταγράφουν και να παρακολουθούν την πορεία του έργου τους (OKR Software for Real Company Results, 2023).
- Clockify: εφαρμογή διαχείρισης του εργασιακού χρόνου. Βοηθάει το άτομο να προγραμματίζει τις δουλειές που χρειάζεται να κάνει μέσα στη μέρα του (FREE Time Tracking Software, 2017).

Είναι σημαντικό να επισημανθεί ότι οι περισσότερες από αυτές τις εφαρμογές είναι βασισμένες στην επίτευξη στόχων και στον χρονοπρογραμματισμό στον εργασιακό τομέα. Δηλαδή μπορεί να γίνει χρήση τους από μεγάλες εταιρείες, για την καλύτερη οργάνωση των εργαζομένων τους. Δεν επικεντρώνονται στο άτομο και στους προσωπικούς του στόχους. Αντίθετα άλλες εφαρμογές που έχουν αυτό τον σκοπό, είτε προσφέρουν ένα χρονόμετρο το οποίο βοηθάει το άτομο να επιτύχει μέρος του στόχου του, μέσα σε ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα, είτε είναι με τη μορφή λίστας, ώστε να μπορεί να ελέγχει και να καταγράφει ο ίδιος τους στόχους του.

Έπειτα υπάρχουν αρκετές εφαρμογές οι οποίες εστιάζουν σε συγκεκριμένο στόχο του ατόμου, όπως είναι η απώλεια βάρους και η παρακολούθηση της άσκησης. Κάποιες από αυτές τις εφαρμογές παρουσιάζονται παρακάτω.

- Way of Life: μία εφαρμογή που βοηθάει το άτομο να χτίσει έναν καλύτερο και υγιέστερο οργανισμό, ακολουθώντας καλές συνήθειες. Προσφέρει σημειώσεις, διαγράμματα της πορείας του και υπενθυμίσεις (An elegant habit tracker that actually works!, 2023).
- Yazio: εφαρμογή για την αυτοκαταγραφή των θερμίδων που καταναλώνει ο χρήστης και την παροχή βοήθειας ώστε να επιτύχει πιο εύκολα τον στόχο του. Παράλληλα προσφέρει συνταγές με όλα τα απαραίτητα διατροφικά στοιχεία (Maria, Daniel, & Anna, n.d.).
- Lose It!: εφαρμογή για υπολογισμό θερμίδων με βάση τα προσωπικά στοιχεία του χρήστη και αυτοκαταγραφή της πορείας του (Lose It! - Calorie counting made easy, n.d.).
- FitBit: εφαρμογή για παρακολούθηση της φυσικής δραστηριότητας. Καταγράφει τα βήματα, τις αποστάσεις και τους ορόφους που ανεβαίνει ο χρήστης, καθώς και

τους καρδιακούς παλμούς κατά τη διάρκεια της ημέρας του (Find your perfect fit, n.d.).

- Strava: μία εφαρμογή καταγραφής της δραστηριότητας του ατόμου και κινητοποίησης του. Ο χρήστης καταγράφει την άσκηση του (κυρίως τρέξιμο και ποδήλατο) και τη δημοσιεύει ώστε να μπορούν να το δουν οι φίλοι του και να σχολιάσουν πάνω σε αυτό (Running, Cycling & Hiking App - Train, Track & Share, n.d.).
- Runkeeper: μία εφαρμογή σχεδιασμένη για όσους τρέχουν. Κάνει καταγραφή της άσκησης και προσφέρει εξατομικευμένα προγράμματα από ειδικούς προπονητές (The ASICS Runkeeper App, 2023).

3.6 Παρόμοιες εργασίες

Η προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και η επίτευξη των στόχων του μέσω της αυτοκαταγραφής είναι ένας τομέας ο οποίος έχει απασχολήσει ενεργά την ερευνητική κοινότητα. Γι ' αυτό έχουν διεξαχθεί αρκετές έρευνες σχετικά με το θέμα και έχουν αναπτυχθεί εφαρμογές για τον ίδιο σκοπό.

Σε έρευνα που έχει γίνει (Kramer, et al., 2020) βασιζόμενοι στην εφαρμογή Ally (Assistant to Lift your Level of activity), η οποία δημιουργήθηκε για να βοηθήσει τους ανθρώπους να αυξήσουν και να διατηρήσουν την φυσική τους δραστηριότητα, διαπιστώθηκε ότι οι συμμετέχοντες, που παρακολουθούσαν τη καθημερινή τους δραστηριότητα, πετύχαιναν πιο συχνά τον ημερήσιο στόχο βημάτων τους.

Σε αντίστοιχη έρευνα που έγινε με σκοπό την ενίσχυση της φυσικής δραστηριότητας των ατόμων, δημιουργήθηκε η εφαρμογή ActiveShare (Fialho, και συν., 2009). Η εφαρμογή αυτή έθετε στους χρήστες κάποιες προκλήσεις, τις οποίες έπρεπε εκείνοι να αποδεχθούν και να εκπληρώσουν. Οι ενέργειες των χρηστών δημοσιεύονταν σε μια πλατφόρμα που ήταν ορατή σε όλους τους χρήστες. Μετά από τη διεξαγωγή συνεντεύξεων σε άτομα που χρησιμοποίησαν την εφαρμογή για μία εβδομάδα δεν διαπιστώθηκε κάποια βελτίωση στην φυσική τους δραστηριότητα, ενώ οι ίδιοι οι χρήστες επισήμαναν πολλές αλλαγές που έπρεπε να γίνουν για να βελτιωθεί η εφαρμογή.

Το 2014 μια ομάδα από προγραμματιστές δημοσίευσαν τρεις εφαρμογές που οι ίδιοι υλοποίησαν με σκοπό την κινητοποίηση των ανθρώπων στο να αυξήσουν την φυσική τους

δραστηριότητα και να ακολουθήσουν ένα πιο υγιές πρότυπο ζωής (Consolvo, Klasnja, McDonald, & Landay, 2014). Οι εφαρμογές που υλοποίησαν ήταν οι Houston, UbiFit και GoalPost.

Η Houston (Consolvo, Everitt, Smith, & Landay, 2006) ήταν μία εφαρμογή η οποία κινητοποιούσε τους χρήστες της ώστε να αυξήσουν τον αριθμό των βημάτων μέσα στη μέρα τους. Ο χρήστης έθετε έναν ημερήσιο στόχο βημάτων και κοινοποιούσε τα ημερήσια βήματα του στους φίλους του. Σε μία έρευνα που διεξήχθη για την αποδοτικότητα της, τα αποτελέσματα ήταν πολύ θετικά καθώς οι συμμετέχοντες δήλωσαν ότι εντόπισαν σημαντική αύξηση στον αριθμό των ημερήσιων βημάτων τους. Επιπλέον παρατηρήθηκε ότι όταν οι συμμετέχοντες μοιράζονταν τα ημερήσια βήματα τους με τους υπόλοιπους συμμετέχοντες είχαν καλύτερα αποτελέσματα.

Η UbiFit (Consolvo, και συν., 2008) στόχευε γενικά στην βελτίωση της φυσικής δραστηριότητας των ατόμων και όχι μόνο στον αριθμό των βημάτων τους. Επιπλέον επικεντρωνόταν κυρίως στο άτομο και όχι στην ενσωμάτωση της κοινωνικής επιρροής. Οι χρήστες της εφαρμογής έπρεπε να φοράνε μία συσκευή, η οποία ανίχνευε τη δραστηριότητα τους και έπειτα οι ίδιοι έπρεπε να μεταφέρουν τα αποτελέσματα στην εφαρμογή. Σε έρευνα που έγινε για τη λειτουργικότητα της, διαπιστώθηκε ότι η συσκευή ανίχνευσης δεν παρείχε την απαραίτητη ακρίβεια, ενώ πολλές φορές δεν διευκόλυνε τους ασκούμενους κατά τη διάρκεια της άσκησης τους. Παρ' όλα αυτά οι χρήστες την θεώρησαν ως ιδιαίτερα ενθαρρυντική και βοηθητική.

Η GoalPost (Munson & Consolvo, 2012) είναι μία iOS εφαρμογή η οποία σχεδιάστηκε για να βοηθάει τους χρήστες της να βελτιώσουν τη φυσική τους δραστηριότητα, θέτοντας εβδομαδιαίους στόχους και λαμβάνοντας εικονικές επιβραβεύσεις όταν τους εκπληρώνουν. Οι χρήστες διαλέγουν από μία λίστα από δραστηριότητες ή δημιουργούν τη δική τους και θέτουν τον προσωπικό τους στόχο. Παράλληλα τους δίνεται η δυνατότητα να κοινοποιήσουν τη δραστηριότητα τους στους διαδικτυακούς τους φίλους στο Facebook. Σε έρευνα που έγινε για την αποδοτικότητα της, μεγάλο μέρος από τους συμμετέχοντες επισήμαναν ότι συνέχισαν να χρησιμοποιούν την εφαρμογή μετά την διεξαγωγή της έρευνας, ενώ δήλωσαν ότι τους ενθάρρυνε για να επιτύχουν τους στόχους τους και ήταν εύκολο στη χρήση. Αντιθέτως ήταν λίγοι εκείνοι που δήλωσαν ότι η εικονική επιβράβευση αποτελούσε σημαντικό χαρακτηριστικό για την επίτευξη του στόχου τους.

Τέλος όσοι κοινοποίησαν τη προσπάθεια τους δήλωσαν ότι λειτούργησε θετικά στην αποδοτικότητα τους καθώς ένιωθαν ότι είχαν την υποστήριξη των φίλων τους.

Παράλληλα το 2019 έγινε μία μελέτη για την εφαρμογή MyFitnessPal και το αν οι χρήστες της καταφέρνουν να πετύχουν τους στόχους τους για απώλεια βάρους (Gordon, Althoff, & Leskovec, 2019). Το MyFitnessPal είναι μία εφαρμογή παρακολούθησης της δραστηριότητας και αυτοκαταγραφής της διατροφής του ατόμου. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η καθημερινή αυτοκαταγραφή των τροφών που έτρωγαν και η δυσκολία του στόχου που έθεταν, διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στο αν θα κατάφερναν οι χρήστες να χάσουν το επιθυμητό βάρος. Οι περισσότεροι από αυτούς δεν κατάφεραν να πετύχουν το στόχο τους και αυτό συνήθως οφειλόταν στο ότι έθεταν μεγάλους και δύσκολους στόχους οι οποίοι ως επακόλουθο είχαν μεγάλη διάρκεια.

Το OmniTrack (Kim, Jeon, Lee, Choe, & Seo, 2017) είναι μία Android εφαρμογή ημιαυτόματου τρόπου καταγραφής, καθώς χρησιμοποιεί χειροκίνητα και αυτόματα μέσα καταγραφής. Στην εφαρμογή αυτή ο χρήστης μπορούσε να διαλέξει ανάμεσα στο να χρησιμοποιήσει τους ανιχνευτές (trackers) που του παρείχε η εφαρμογή ή να δημιουργήσει τους δικούς του. Μετά από έρευνα που έγινε για τη αποδοτικότητα της εφαρμογής, οι απόψεις των συμμετεχόντων ήταν ποικίλες. Πολλοί από αυτούς υποστήριξαν το ότι μπορούσαν να καταγράψουν διαφορετικούς στόχους σε μία μονο εφαρμογή ήταν πολύ βοηθητικό. Κάποιοι επισήμαναν ότι η εφαρμογή δεν παρείχε τη δυνατότητα αυτοκαταγραφής για συγκεκριμένα θέματα, ενώ πολλοί τόνισαν ότι οι εφαρμογές που χρησιμοποιούσαν ήδη για αυτό το σκοπό τους κάλυπταν επαρκώς και δεν ήθελαν να χρησιμοποιήσουν το OmniTrack.

Το 2020 δημιουργήθηκε η android εφαρμογή Hashiru (Adwinda & Pradono, 2020), η οποία σχεδιάστηκε για να βοηθάει τους αθλητές να καταγράφουν την διάρκεια της άσκησης τους, την απόσταση και τις θερμίδες που έκαψαν. Παράλληλα τους δινόταν η δυνατότητα να συνδεθούν με άτομα που επίσης απολάμβαναν το τρέξιμο.

Τέλος το 2019 (Holen, 2019) συντάχθηκε μια πτυχιακή με παρόμοιο θέμα με τη παρούσα, η οποία σχετιζόταν με την ανάπτυξη μίας ψηφιακής εφαρμογής κοινωνικής δικτύωσης για επίτευξη στόχων. Η εφαρμογή έδινε τη δυνατότητα στους χρήστες να διαλέξουν το στόχο τους, μέσα από μία λίστα, να θέσουν κάθε πότε θέλουν να λαμβάνουν ειδοποίηση και αν ο στόχος τους θέλουν να είναι δημόσιος. Σε ένα ερωτηματολόγιο που δημιουργήθηκε για την εφαρμογή και απάντησαν μόνο 7 άτομα, οι περισσότεροι υποστήριξαν ότι η

δημοσιοποίηση του στόχου, δεν τους βοήθησε στην εκπλήρωση του, όπως και η παρακολούθηση των στόχων που έθεταν οι υπόλοιποι. Αυτό βέβαια οφειλόταν και στον περιορισμένο αριθμό των απαντήσεων αλλά και αυτών που διέθεταν την εφαρμογή, καθώς δεν είχαν αρκετούς φίλους για να μπορέσουν να αλληλεπιδράσουν.

Κεφάλαιο 4 Ανάλυση Απαιτήσεων και Σχεδιασμός

4.1 Εισαγωγή

Σε αυτή την ενότητα παρουσιάζεται η ιδέα της εφαρμογής, ο σχεδιασμός της και οι λειτουργικές και μη λειτουργικές της απαιτήσεις. Επιπλέον γίνεται αναφορά στη βάση δεδομένων που χρησιμοποιήθηκε και πώς αυτή διαμορφώθηκε.

4.2 Η εφαρμογή

Το Life me Up είναι μία Android εφαρμογή κοινωνικής δικτύωσης, που σχεδιάστηκε με σκοπό να κινητοποιήσει τους χρήστες της, έτσι ώστε να πετύχουν τους προσωπικούς τους στόχους. Μέσω της εφαρμογής ο χρήστης έχει τη δυνατότητα να θέσει το στόχο του και να καταγράψει τη πορεία του μέσω φωτογραφιών που δημοσιεύει ο ίδιος καθημερινά. Με αυτόν τον τρόπο παρακολουθώντας τις προηγούμενες δημοσιεύσεις του, καθώς και τις αναρτήσεις ανθρώπων που έχουν αντίστοιχους στόχους, ενθαρρύνεται για να συνεχίσει την πορεία του.

Τα πλεονεκτήματα της εφαρμογής είναι τα εξής:

- Εύκολη στη χρήση: η λειτουργία της μοιάζει αρκετά με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης που είναι παγκοσμίως γνωστά και χρησιμοποιούνται καθημερινά από εκατομμύρια χρήστες.
- Δημιουργεί το αίσθημα της κοινότητας: οι χρήστες ακολουθούν άτομα με παρόμοιους στόχους με τους οποίους μπορούν να ανταλλάσουν γνώσεις και απορίες.
- Μέσο αυτοκαταγραφής: ο χρήστης ανεβάζοντας καθημερινά φωτογραφίες που υποδεικνύουν την πορεία του στόχου του, συνειδητοποιεί τη πρόοδο του.
- Μέσο υποστήριξης: οι διαδικτυακοί του φίλοι μπορούν να τον ενθαρρύνουν μέσα από σχόλια που μπορούν να κάνουν κάτω από τη φωτογραφία του, ή απλώς αντιδρώντας σε αυτή.

Οι ενότητες από τις οποίες αποτελείται το Life me Up είναι οι εξής:

- Κεντρική σελίδα: Εκεί ο χρήστης μπορεί να παρακολουθήσει τις ημερήσιες αναρτήσεις των διαδικτυακών του φίλων, να τις σχολιάσει και να αντιδράσει σε αυτές
- Προφίλ: Εκεί βρίσκονται το σύνολο των φωτογραφιών που έχει ανεβάσει ο χρήστης καθ' όλη τη διάρκεια της πορείας του.
- Σελίδα αναζήτησης: Εκεί ο χρήστης μπορεί να αναζητήσει φίλους του ή άτομα που έχουν ίδιο στόχο με εκείνον.
- Ειδοποιήσεις: Εκεί εμφανίζονται όλες οι ειδοποιήσεις που αφορούν τον χρήστη, όπως είναι η αντίδραση και ο σχολιασμός σε μία φωτογραφία του, ή ότι κάποιος άλλος χρήστης τον ακολούθησε.
- Προσθήκη φωτογραφίας: Εκεί ο χρήστης διαλέγει ποια φωτογραφία θέλει να ανεβάσει και διαμορφώνει την περιγραφή της.

4.3 Απαιτήσεις συστήματος και ανάλυση

Οι απαιτήσεις συστήματος χωρίζονται σε δύο κατηγορίες, τις λειτουργικές και τις μη λειτουργικές. Παρακάτω θα αναφερθούμε και στα δύο είδη απαιτήσεων της εφαρμογής Life me up.

4.3.1 Λειτουργικές απαιτήσεις

Οι λειτουργικές απαιτήσεις αναφέρονται στις συγκεκριμένες λειτουργίες, δυνατότητες και χαρακτηριστικά που πρέπει να διαθέτει μια εφαρμογή ή ένα σύστημα, προκειμένου να πληροί τις ανάγκες και τις προσδοκίες των χρηστών του. Αυτές οι απαιτήσεις περιγράφουν τις βασικές λειτουργίες και δυνατότητες που πρέπει να υπάρχουν στην εφαρμογή προκειμένου να είναι λειτουργική, χρήσιμη και αποδοτική (Malan & Bredemeyer, 2001). Παρακάτω παρουσιάζονται οι λειτουργικές απαιτήσεις της εφαρμογής Life me Up.

Πίνακας 1: Λειτουργική απαίτηση – Άνοιγμα εφαρμογής

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 1
Τίτλος	Άνοιγμα της εφαρμογής
Περιγραφή	Ο χρήστης ανοίγει την εφαρμογή με το πάτημα της συντόμευσης στο κινητό
Αιτιολογία	Για το άνοιγμα της εφαρμογής
Εξάρτηση	Καμία

Πίνακας 2: Λειτουργική απαίτηση- Είσοδος στην εφαρμογή

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2
Τίτλος	Είσοδος στην εφαρμογή
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να συνδεθεί στην εφαρμογή χρησιμοποιώντας το email και τον κωδικό του
Αιτιολογία	Για να μπορεί να συνδεθεί στην εφαρμογή
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 1

Πίνακας 3: Λειτουργική απαίτηση - Εγγραφή στην εφαρμογή

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 3
Τίτλος	Εγγραφή στην εφαρμογή
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να δημιουργήσει λογαριασμό στην εφαρμογή δίνοντας τα στοιχεία του σε αυτή (email, username, password, goal)
Αιτιολογία	Για να δημιουργήσει λογαριασμό
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 1

Πίνακας 4: Λειτουργική απαίτηση - Έξοδος από την εφαρμογή

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 4
Τίτλος	Έξοδος από την εφαρμογή
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να βγει από την εφαρμογή όποτε θελήσει εκείνος
Αιτιολογία	Για να βγει από την εφαρμογή
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2

Πίνακας 5: Λειτουργική απαίτηση - Λήψη φωτογραφίας

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 5
Τίτλος	Λήψη φωτογραφίας
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να τραβήξει φωτογραφία με τη κάμερα του κινητού του
Αιτιολογία	Για να βγει από την εφαρμογή
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2

Πίνακας 6: Λειτουργική απαίτηση - Δημοσίευση φωτογραφίας

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 6
Τίτλος	Δημοσίευση φωτογραφίας
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να δημοσιεύσει τη φωτογραφία που έχει τραβήξει με το κινητό του, ή που υπάρχει ήδη στη συλλογή φωτογραφιών του.
Αιτιολογία	Για να ανεβάσει μία καινούρια φωτογραφία στην εφαρμογή
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 5

Πίνακας 7: Λειτουργική απαίτηση - Σχολιασμός φωτογραφίας

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 7
Τίτλος	Σχολιασμός φωτογραφίας
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να σχολιάσει τις φωτογραφίες που βρίσκονται στην κεντρική σελίδα της εφαρμογής
Αιτιολογία	Για να αλληλεπιδράσει με τους φίλους του
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 22

Πίνακας 8: Λειτουργική απαίτηση - Αντίδραση φωτογραφίας

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 8
Τίτλος	Αντίδραση σε φωτογραφία
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να αντιδράσει στις φωτογραφίες που βρίσκονται στην κεντρική σελίδα της εφαρμογής
Αιτιολογία	Για να ενθαρρύνει τους φίλους του
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 22

Πίνακας 9: Λειτουργική απαίτηση - Προβολή ειδοποιήσεων

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 9
Τίτλος	Προβολή ειδοποιήσεων
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να δει τις ειδοποιήσεις του από άλλους χρήστες
Αιτιολογία	Για να μπορεί να δει τις ειδοποιήσεις του
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 24

Πίνακας 10: Λειτουργική απαίτηση - Εύρεση φίλου

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 10
Τίτλος	Εύρεση φίλων
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να βρει τους φίλους του μέσα από την αναζήτηση
Αιτιολογία	Για να βρει τους φίλους του
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2

Πίνακας 11: Λειτουργική απαίτηση - Προσθήκη φίλου

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 11
Τίτλος	Προσθήκη φίλου
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να προσθέσει έναν χρήστη στη λίστα φίλων του
Αιτιολογία	Για να μπορεί να παρακολουθεί τις δημοσιεύσεις του
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 10

Πίνακας 12: Λειτουργική απαίτηση - Αφαίρεση φίλου

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 12
Τίτλος	Αφαίρεση φίλου
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να αφαιρέσει έναν χρήστη από τη λίστα φίλων του
Αιτιολογία	Για να μη μπορεί να δει τις δημοσιεύσεις του
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 11

Πίνακας 13: Λειτουργική απαίτηση - Αλλαγή στόχου

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 13
Τίτλος	Αλλαγή στόχου
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να αλλάξει τον στόχο του όποτε εκείνος θελήσει
Αιτιολογία	Γιατί μπορεί ο στόχος του αλλάξει όσο χρησιμοποιεί την εφαρμογή
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2

Πίνακας 14: Λειτουργική απαίτηση - Αλλαγή φωτογραφίας προφίλ

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 14
Τίτλος	Αλλαγή φωτογραφίας προφίλ
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να αλλάξει τη φωτογραφία προφίλ του όποτε θελήσει.
Αιτιολογία	Για να μπορεί να αλλάξει τη φωτογραφία του.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2

Πίνακας 15: Λειτουργική απαίτηση - Δημοσιευμένες φωτογραφίες

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 15
Τίτλος	Δημοσιευμένες φωτογραφίες
Περιγραφή	Ο χρήστης πρέπει να μπορεί να δει τις φωτογραφίες που έχει δημοσιεύσει στο προφίλ του.
Αιτιολογία	Για να μπορεί να παρακολουθεί την πορεία του.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 23

Πίνακας 16: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα λάθους κατά την είσοδο

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 16
Τίτλος	Μήνυμα λάθους κατά την είσοδο
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει μήνυμα λάθους όταν ο χρήστης προσπαθήσει να συνδεθεί στην εφαρμογή και χρησιμοποιήσει λανθασμένο κωδικό ή email.
Αιτιολογία	Για να ενημερώσει το χρήστη ότι υπάρχει λάθος στον κωδικό ή δεν υπάρχει λογαριασμός με αυτό το email.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 1

Πίνακας 17: Λειτουργική απαίτηση - Email επιβεβαίωσης

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 17
Τίτλος	Email επιβεβαίωσης
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να στείλει στο χρήστη email επιβεβαίωσης όταν ο χρήστης εισάγει τα στοιχεία του και προσπαθήσει να δημιουργήσει νέο λογαριασμό.
Αιτιολογία	Για να επιβεβαιώσει ο χρήστης ότι είναι εκείνος που προσπαθεί να εγγραφεί.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 3

Πίνακας 18: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα αναμονής επιβεβαίωσης

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 18
Τίτλος	Μήνυμα αναμονής επιβεβαίωσης
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει μήνυμα λάθους όταν ο χρήστης προσπαθήσει να συνδεθεί στην εφαρμογή και δεν έχει επιβεβαιώσει ακόμα το email του.
Αιτιολογία	Για να επιβεβαιώσει ο χρήστης το email και να μπορεί να συνδεθεί στην εφαρμογή.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 3

Πίνακας 19: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα επιτυχούς δημοσίευσης

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 19
Τίτλος	Μήνυμα επιτυχούς δημοσίευσης
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει μήνυμα ότι η δημοσίευση του χρήστη ανέβηκε, όταν εκείνος ανεβάζει καινούρια φωτογραφία.
Αιτιολογία	Για να ενημερώσει το χρήστη ότι η φωτογραφία δημοσιεύθηκε.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 6

Πίνακας 20: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα προσθήκης φίλου

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 20
Τίτλος	Μήνυμα προσθήκης φίλου
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει μήνυμα, ότι ο χρήστης πρόθεσε έναν καινούργιο χρήστη στη λίστα φίλων του.
Αιτιολογία	Για να ενημερώσει το χρήστη ότι πρόσθεσε έναν νέο φίλο.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 11

Πίνακας 21: Λειτουργική απαίτηση - Μήνυμα διαγραφής φίλου

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 21
Τίτλος	Μήνυμα διαγραφής φίλου
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει μήνυμα, ότι ο χρήστης αφαίρεσε έναν άλλο χρήστη από λίστα φίλων του.
Αιτιολογία	Για να ενημερώσει το χρήστη ότι διέγραψε έναν φίλο.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 12

Πίνακας 22: Λειτουργική απαίτηση - Εμφάνιση δημοσιεύσεων φίλων

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 22
Τίτλος	Εμφάνιση δημοσιεύσεων φίλων
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει τις ημερήσιες δημοσιεύσεις των φίλων του χρήστη σε μορφή κυλιόμενης προβολής στην κεντρική σελίδα.
Αιτιολογία	Για να μπορεί ο χρήστης να παρακολουθήσει όλες τις δημοσιεύσεις των φίλων του.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 10

Πίνακας 23: Λειτουργική απαίτηση - Εμφάνιση δημοσιεύσεων χρήστη

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 23
Τίτλος	Εμφάνιση δημοσιεύσεων χρήστη
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει όλες τις δημοσιεύσεις του χρήστη στο προφίλ του σε μορφή κυλιόμενης προβολής.
Αιτιολογία	Για να μπορεί ο χρήστης να παρακολουθεί τις δημοσιεύσεις του.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 6

Πίνακας 24: Λειτουργική απαίτηση - Εμφάνιση ειδοποιήσεων

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 24
Τίτλος	Εμφάνιση ειδοποιήσεων
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει τις ειδοποιήσεις του χρήστη σε μορφή κυλιόμενης λίστας.
Αιτιολογία	Για να μπορεί ο χρήστης να παρακολουθεί τις ειδοποιήσεις του.
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2

Πίνακας 25: Λειτουργική απαίτηση - Δεδομένα χρήστη

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 25
Τίτλος	Δεδομένα χρήστη
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να εμφανίζει το όνομα του χρήστη, τη φωτογραφία προφίλ και τον αριθμό των φίλων και των δημοσιεύσεων του στο προφίλ του.
Αιτιολογία	Για να παρακολουθεί τα δεδομένα του και για να μπορούν να τα δουν και οι υπόλοιποι χρήστες
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 2

Πίνακας 26: Λειτουργική απαίτηση - Ανάκτηση κωδικού

ID	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 26
Τίτλος	Ανάκτηση κωδικού
Περιγραφή	Το σύστημα πρέπει να στέλνει email ανάκτησης κωδικού έτσι ώστε ο χρήστης να μπορεί να αλλάξει τον κωδικό του, αν τον έχει ξεχάσει και δεν μπορεί να συνδεθεί στην εφαρμογή.
Αιτιολογία	Για να μπορεί να συνδεθεί στην εφαρμογή
Εξάρτηση	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΗ ΑΠΑΙΤΗΣΗ 1

4.3.2 Μη λειτουργικές απαιτήσεις

Οι μη λειτουργικές απαιτήσεις αφορούν τα μέρη της εφαρμογής που δεν σχετίζονται απευθείας με τις βασικές λειτουργίες της, αλλά επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο λειτουργεί. Αυτές οι απαιτήσεις επικεντρώνονται σε πτυχές όπως η απόδοση, η ασφάλεια και η διαθεσιμότητα καθώς και σε άλλους παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα και την αποδοτικότητα της εφαρμογής (Chung, Nixon, Yu, & Myloroulos, 2012).

4.3.2.1 Απαιτήσεις απόδοσης

Σε αυτή την ενότητα παρουσιάζονται οι απαιτήσεις που χρειάζεται να πληροί το σύστημα για να είναι όσο το δυνατόν πιο αποδοτικό και εύχρηστο για τον χρήστη.

Πίνακας 27: Απαιτήσεις απόδοσης - Ευκρινής φόρμα εισαγωγής δεδομένων

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ-1
Τίτλος	Ευκρινής φόρμα εισαγωγής δεδομένων
Περιγραφή	Τα πεδία που χρησιμοποιούνται για την εισαγωγή των δεδομένων του χρήστη προκειμένου να εγγραφεί στην εφαρμογή, πρέπει να είναι επιγραμματικά, ευκρινή και κατανοητά.
Αιτιολογία	Για να μπορεί ο χρήστης εύκολα να εισάγει στο σύστημα τα απαραίτητα δεδομένα.
Εξάρτηση	Καμία

Πίνακας 28: Απαιτήσεις απόδοσης - Εύκολο περιβάλλον χρήστη

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ-2
Τίτλος	Εύκολο περιβάλλον χρήστη
Περιγραφή	Η εφαρμογή πρέπει να είναι εύχρηστη και να μπορεί ο χρήστης να κινηθεί μέσα σε αυτή με ευκολία. Να μπορεί να κατανοήσει ποιά είναι η λειτουργία των κουμπιών και πως μεταβαίνει από τη μία σελίδα στην άλλη.
Αιτιολογία	Για να μη δυσκολευτεί ο χρήστης να χρησιμοποιήσει την εφαρμογή.
Εξάρτηση	Καμία

Πίνακας 29: Απαίτηση απόδοσης - Χρόνος απόκρισης

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ-3
Τίτλος	Χρόνος απόκρισης
Περιγραφή	Η ταχύτητα εκτέλεσης των εντολών
Υποχρεωτική Απαίτηση	Τα αποτελέσματα θα πρέπει να εξαχθούν σε λιγότερο από 30 δευτερόλεπτα
Επιθυμητή Απαίτηση	Τα αποτελέσματα θα πρέπει να εξαχθούν σε λιγότερο από 3 δευτερόλεπτα
Εξάρτηση	Καμία

Πίνακας 30: Απαίτηση απόδοσης - Εμφάνιση μηνύματος για αδυναμία σύνδεσης στο διαδίκτυο

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ-4
Τίτλος	Εμφάνιση μηνύματος για αδυναμία σύνδεσης στο διαδίκτυο
Περιγραφή	Όταν δεν είναι δυνατή η σύνδεση στο διαδίκτυο, ο αντίστοιχος browser εμφανίζει μήνυμα αποτυχίας σύνδεσης στο διαδίκτυο
Αιτιολογία	Για την εμφάνιση προειδοποιητικού μηνύματος για την αδυναμία σύνδεσης στο διαδίκτυο
Εξάρτηση	Καμία

Πίνακας 31: Απαίτηση απόδοσης - Εμφάνιση ευκρινών μηνυμάτων

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ-5
Τίτλος	Εμφάνιση ευκρινών μηνυμάτων
Περιγραφή	Τα μηνύματα που παράγει το σύστημα πρέπει να είναι ευκρινή και κατανοητά.
Αιτιολογία	Για να μπορεί να καταλάβει ο χρήστης την λειτουργία που εκτελέστηκε ή το πρόβλημα που υπήρξε.
Εξάρτηση	Καμία

Πίνακας 32: Απαίτηση απόδοσης - Συμβατότητα

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ-6
Τίτλος	Συμβατότητα
Περιγραφή	Η εφαρμογή πρέπει να λειτουργεί σε όλες τις android συσκευές.
Αιτιολογία	Για να μπορεί ο χρήστης να συνδεθεί στην εφαρμογή από όποια συσκευή θέλει.
Εξάρτηση	Καμία

4.3.2.2 Απαιτήσεις ασφάλειας

Η ασφάλεια των δεδομένων που παρέχει το σύστημα στους χρήστες είναι πολύ σημαντική. Γι' αυτό το λόγο παρακάτω παρουσιάζονται οι απαιτήσεις ασφάλειας που πρέπει να διαθέτει το Life me Up έτσι ώστε να είναι αξιόπιστο και ασφαλές.

Πίνακας 33: Απαιτήσεις ασφάλειας - Ασφάλεια συστήματος

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ 1
Τίτλος	Ασφάλεια συστήματος
Περιγραφή	Η ασφάλεια του συστήματος εξασφαλίζεται από το γεγονός ότι κάθε χρήστης έχει το δικό του κωδικό, ο οποίος αντιστοιχίζεται στο email του, και μόνο εκείνος γνωρίζει τον κωδικό.

Πίνακας 34: Απαιτήσεις ασφάλειας - Βάση δεδομένων

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ 2
Τίτλος	Βάση δεδομένων
Περιγραφή	Τα δεδομένα του χρήστη που αποθηκεύονται στο Firebase, χρησιμοποιούνται καθαρά για τη λειτουργία της εφαρμογής και για κανέναν άλλο σκοπό.

Πίνακας 35: Απαιτήσεις ασφάλειας - Αίτημα πρόσβασης

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ 3
Τίτλος	Αίτημα πρόσβασης
Περιγραφή	Η εφαρμογή ζητάει τη συγκατάθεση του χρήστη για να έχει πρόσβαση στη κάμερα και τις φωτογραφίες του.

4.3.2.3 Διαθεσιμότητα

Πίνακας 36: Διαθεσιμότητα συστήματος

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΗ ΔΙΑΘΕΣΙΜΟΤΗΤΑΣ
Τίτλος	Διαθεσιμότητα συστήματος
Περιγραφή	Το ποσοστό χρόνου που είναι διαθέσιμο το σύστημα
Scale	Η μέση διαθεσιμότητα του συστήματος. (Δεν λαμβάνονται υπόψη τα λάθη του δικτύου)
Meter	Οι μετρήσεις λαμβάνονται από 1 ώρα χρήσης κατά τη διάρκεια των δοκιμών
Υποχρεωτική Απαίτηση	Περισσότερο από 98% του χρόνου
Σχεδιαστική Απαίτηση	Περισσότερο από 99% του χρόνου
Επιθυμητή Απαίτηση	100% του χρόνου

4.2.2.4 Συντήρηση συστήματος

Πίνακας 37: Συντήρηση συστήματος

ID	ΑΠΑΙΤΗΣΗ ΕΠΕΚΤΑΣΙΜΟΤΗΤΑΣ
Τίτλος	Επεκτασιμότητα του συστήματος
Περιγραφή	Ο κώδικας θα πρέπει να είναι εύκολο να επεκταθεί με νέες συναρτήσεις-χαρακτηριστικά
Αιτιολογία	Για να μπορούν να προστεθούν νέα χαρακτηριστικά στο μέλλον
Εξάρτηση	Καμία

4.3.3 Σχεδιαστικοί περιορισμοί

Σε αυτή την ενότητα παρουσιάζονται οι σχεδιαστικοί περιορισμοί του συστήματος έτσι ώστε να μην καταλαμβάνει μεγάλο χώρο από τη μνήμη του χρήστη.

4.3.3.1 Απαιτήσεις χώρου κύριας μνήμης (RAM)

Πίνακας 38: Σχεδιαστικοί περιορισμοί - Απαιτήσεις RAM

ID	ΣΧΕΔΙΑΣΤΙΚΟΙ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ-1
Τίτλος	Απαιτήσεις RAM
Περιγραφή	Απαιτήσεις χώρου από το λειτουργικό σύστημα για την εκτέλεση της εφαρμογής
Scale	MB
Υποχρεωτική Απαίτηση	Μέχρι 300 MB
Σχεδιαστική Απαίτηση	Μέχρι 200 MB
Επιθυμητή Απαίτηση	Μέχρι 50 MB

4.3.3.2 Απαιτήσεις χώρου αποθήκευσης

Πίνακας 39: Σχεδιαστικοί περιορισμοί - Απαιτήσεις αποθήκευσης

ID	ΣΧΕΔΙΑΣΤΙΚΟΙ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ-2
Τίτλος	Απαιτήσεις Αποθήκευσης
Περιγραφή	Απαιτήσεις χώρου από τον αποθηκευτικό χώρο του κινητού του χρήστη για την εκτέλεση της εφαρμογής
Scale	MB
Υποχρεωτική Απαίτηση	Μέχρι 1 GB
Σχεδιαστική Απαίτηση	Μέχρι 500 MB
Επιθυμητή Απαίτηση	Μέχρι 250 MB

4.4 Σχεδιασμός

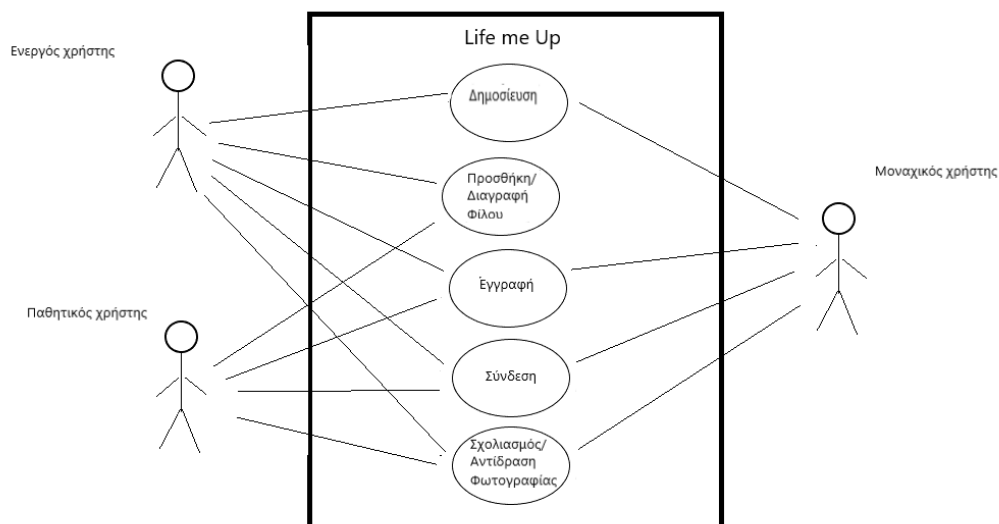
Ο σχεδιασμός ενός συστήματος απαιτεί λεπτομερή προετοιμασία και σχεδιασμό για να διασφαλιστεί ότι το σύστημα θα λειτουργεί αποτελεσματικά, αξιόπιστα και θα καλύπτει τις απαιτήσεις των χρηστών. Παρακάτω αναλύονται τα σενάρια χρήσης της εφαρμογής, η βάση δεδομένων της και το περιβάλλον χρήστη.

4.4.1 Σενάρια χρήσης

Τα σενάρια χρήσης αναφέρονται σε συγκεκριμένες καταστάσεις ή διαδικασίες που περιγράφουν τον τρόπο με τον οποίο οι χρήστες αλληλεπιδρούν με μία εφαρμογή. Αυτά τα σενάρια καλύπτουν τις διάφορες δραστηριότητες, λειτουργίες και περιπτώσεις που μπορεί να συμβούν κατά τη χρήση ενός προϊόντος.

Τα άτομα που αλληλεπιδρούν με την εφαρμογή (Life me up) είναι τριών ειδών:

1. Ο ενεργός χρήστης: ο χρήστης δηλαδή που ανεβάζει φωτογραφίες τακτικά και έχει αλληλεπίδραση με άλλους χρήστες
2. Ο παθητικός χρήστης: ο χρήστης που δεν ανεβάζει φωτογραφίες αλλά παρακολουθεί τις δημοσιεύσεις των φίλων του
3. Ο μοναχικός χρήστης: ο χρήστης που χρησιμοποιεί την εφαρμογή μόνο για αυτοκαταγραφή



Εικόνα 4: Το διάγραμμα χρήσης του Life me Up

Παρακάτω παρουσιάζονται δύο κύρια σενάρια χρήσης που αφορούν τη δημοσίευση μίας νέας φωτογραφίας και την προσθήκη νέου φίλου. Τα υπόλοιπα σενάρια χρήσης βρίσκονται στα Παραρτήματα.

Πίνακας 40: Σενάριο χρήσης - Δημοσίευση φωτογραφίας

Τίτλος	Δημοσίευση Φωτογραφίας
Περιγραφή	Ο χρήστης διαλέγει και ανεβάζει μία φωτογραφία στο προφίλ του
Χρήστης	Ενεργός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει συνδεθεί στην εφαρμογή, να έχει δημιουργήσει λογαριασμό, και να έχει επιλέξει την ενότητα “Add”
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να δημοσιεύσει μία φωτογραφία
Σενάριο	1. Ο χρήστης πατάει το κουμπί προσθήκης φωτογραφίας 2. Επιλέγει αν θέλει να τραβήξει φωτογραφία εκείνη τη στιγμή ή να ανεβάσει μία από τη συλλογή του 3. Βγάζει/Διαλέγει τη φωτογραφία 4. Την επεξεργάζεται 5. Πατάει το κουμπί next 6. Όταν η φωτογραφία ανέβει εμφανίζεται το μήνυμα «Uploaded» αλλιώς εμφανίζει μήνυμα λάθους

Πίνακας 41: Σενάριο χρήσης - Προσθήκη φίλου

Τίτλος	Προσθήκη Φίλου
Περιγραφή	Ο χρήστης βρίσκει το άτομο που θέλει να ακολουθήσει και το προσθέτει στη λίστα φίλων του
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει συνδεθεί στην εφαρμογή, να έχει δημιουργήσει λογαριασμό, και να έχει επιλέξει την ενότητα “Search”
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να προσθέσει έναν νέο φίλο
Σενάριο	1. Ο χρήστης πληκτρολογεί το όνομα του φίλου του 2. Επιλέγει τον φίλο του από τη λίστα 3. Πατάει το κουμπί «ADD» 4. Εάν η προσθήκη πετύχει εμφανίζεται το μήνυμα «Followed» 5. Στέλνεται ειδοποίηση στο χρήστη που ακολούθησε ότι προστέθηκε στους φίλους του και πλέον μπορούν και οι δύο να δουν τις δημοσιεύσεις ο ενός του άλλου.

4.4.2 Βάση δεδομένων

Ως βάση δεδομένων για την εφαρμογή Life me up χρησιμοποιήθηκε το Firebase. Παρακάτω γίνεται μία περιγραφή των χαρακτηριστικών του καθώς και το πως διαμορφώθηκε η βάση δεδομένων για την εφαρμογή Life me up.

4.4.2.1 Χαρακτηριστικά του Firebase

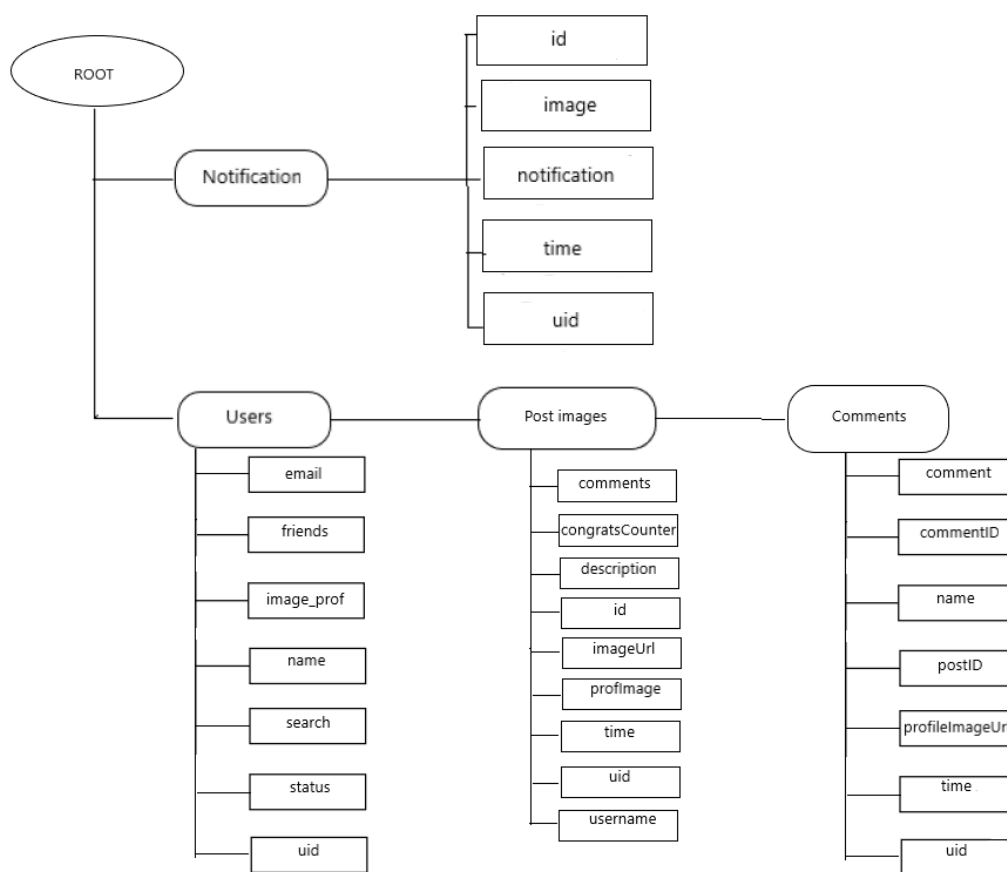
Το Firebase είναι μία διαδικτυακή πλατφόρμα ανάπτυξης εφαρμογών, στην οποία αποθηκεύονται όλα τα δεδομένα σε μορφή JavaScript Object Notation. Μέσω αυτής εισάγονται, διαγράφονται και επεξεργάζονται τα δεδομένα (Khawas & Shah, 2018). Το Firebase παρέχει πολλές δυνατότητες στον προγραμματιστή, οι οποίες διευκολύνουν την υλοποίηση της εφαρμογής, ενώ ταυτόχρονα βελτιώνουν την αποδοτικότητα της. Κάποιες από αυτές τις δυνατότητες παρουσιάζονται παρακάτω (Moroney & Moroney, 2017) (Khawas & Shah, 2018):

1. Επικύρωση δεδομένων: Παρέχει λύσεις για την αυθεντικοποίηση των χρηστών μέσω email ή και μέσω ήδη υπαρχόντων λογαριασμών σε γνωστά μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Επιπλέον παρέχει τη δυνατότητα αντιστοιχίσεις του κωδικού του χρήστη με το αντίστοιχο email του.
2. Βάση δεδομένων πραγματικού χρόνου: Μια βάση δεδομένων που επιτρέπει τη συγχρονισμένη αποθήκευση και ανάκτηση δεδομένων σε πραγματικό χρόνο. Είναι κατάλληλη για εφαρμογές που απαιτούν συνεχή ενημέρωση των δεδομένων.
3. Αποθήκευση δεδομένων: Υπηρεσία αποθήκευσης αρχείων, όπως εικόνες, βίντεο και ήχοι, που επιτρέπει την αποθήκευση και την ανάκτηση αρχείων μέσω της Google Cloud.
4. Αναφορά σφαλμάτων: Ενημερώνει το προγραμματιστή για όταν προκύψει κάποιο σφάλμα κατά τη χρήση της εφαρμογής. Παράλληλα κρατάει αρχείο των βημάτων που ακολουθήθηκαν και οδήγησαν σε αυτό το σφάλμα. Έτσι διευκολύνει το προγραμματιστή, δίνοντας του τη δυνατότητα να διορθώνει τα λάθη πιο γρήγορα.
5. Ανταλλαγή μηνυμάτων μέσω Cloud: δίνει τη δυνατότητα στους χρήστες να μπορούν να ανταλλάξουν εύκολα και γρήγορα μηνύματα μέσω της εφαρμογής.
6. Αναλυτικά στοιχεία: Το firebase παρακολουθεί τη δραστηριότητα της εφαρμογής, πόσοι χρήστες έχουν λογαριασμό, κάθε πότε συνδέονται και ποιες λειτουργίες της εφαρμογής χρησιμοποιούν περισσότερο. Κάνει στατιστική ανάλυση των

δεδομένων και έτσι δίνει τη δυνατότητα στο προγραμματιστή να γνωρίζει πώς οι χρήστες χρησιμοποιούν την εφαρμογή για να μπορεί να κάνει τις απαραίτητες βελτιώσεις.

4.4.2.2 Σχεδιασμός της βάσης δεδομένων

Ο τρόπος με τον οποίο αποθηκεύονται τα δεδομένα των χρηστών της εφαρμογής Life me up παρουσιάζεται παρακάτω με τη μορφή δέντρου. Οι κύριες συλλογές που χρησιμοποιήθηκαν είναι οι Users, Notification, Post images και Comments ενώ τα υπόλοιπα είναι τα τμήματα της κάθε συλλογής.



Εικόνα 5: Η δενδρική δομή της βάσης δεδομένων

Η συλλογή Users απεικονίζει τους χρήστες και τα στοιχεία τους, όπως είναι το όνομα τους (username), το email τους, ο στόχος τους (status), η λίστα των φίλων τους (friends), η εικόνα προφίλ του (image_prof) και η ταυτότητα τους (uid).

Η Post Images απεικονίζει τις δημοσιεύσεις των χρηστών και τα χαρακτηριστικά τους, η περιγραφή(description), η ηλεκτρονική διεύθυνση της εικόνας (imageUrl), πότε

δημοσιεύτηκε (time), η λίστα με όσους έχουν αντιδράσει (congratsCounter), η ταυτότητα του χρήστη (uid), το όνομα του χρήστη (username), η εικόνα προφίλ του (profilImage) και η ταυτότητα της φωτογραφίας (id).

Η Comments απεικονίζει τα σχόλια που υπάρχουν σε κάθε δημοσίευση με τα χαρακτηριστικά τους, το ίδιο το κείμενο (comment), την ταυτότητα του σχολίου (commentID), το όνομα του σχολιαστή (name), και η ταυτότητά του (uid), η ταυτότητα της δημοσίευσης (postId) και το πότε έγινε το σχόλιο.

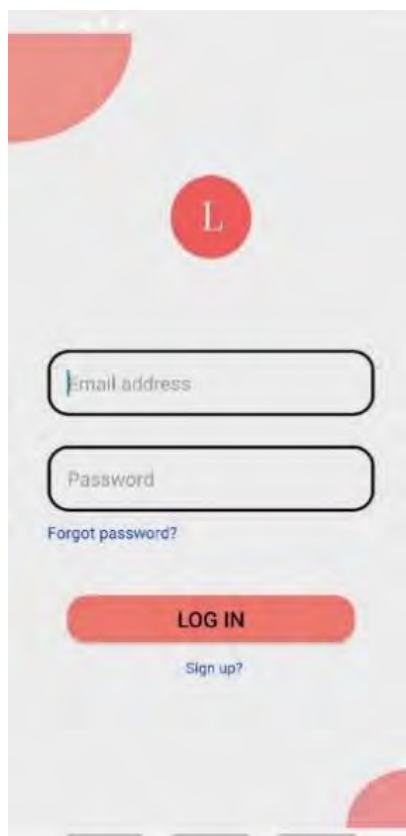
Τέλος η συλλογή Notification απεικονίζει όλες τις ειδοποιήσεις της εφαρμογής με τα αντίστοιχα χαρακτηριστικά τους, τα οποία είναι η ταυτότητα της ειδοποίησης (id), η εικόνα που αφορά η ειδοποίηση (image), το είδος της ειδοποίησης (notification), το πότε έγινε (time) και η ταυτότητα εκείνου που λαμβάνει την ειδοποίηση (uid).

4.4.3 Περιβάλλον χρήστη

Το περιβάλλον χρήστη μίας εφαρμογής είναι το τμήμα που διαχειρίζεται το πως εμφανίζεται η εφαρμογή στην οθόνη του χρήστη, καθώς και το πώς λαμβάνει η εφαρμογή τα δεδομένα από αυτόν (Myers, 1995). Παρακάτω παρουσιάζεται και αναλύεται το περιβάλλον χρήστη της εφαρμογής Life me Up.

4.4.3.1 Σελίδα σύνδεσης

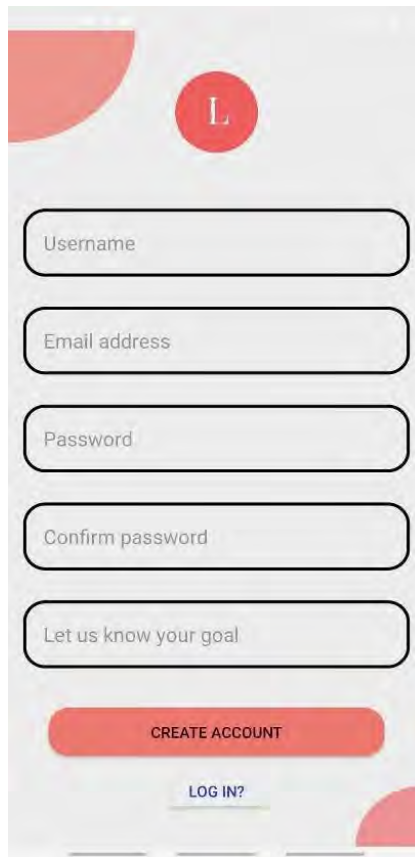
Σε αυτή τη σελίδα ο χρήστης υποβάλλει τα στοιχεία του λογαριασμού του, με σκοπό να συνδεθεί στην εφαρμογή. Τα στοιχεία που πρέπει να πληκτρολογήσει ο χρήστης για να συνδεθεί, είναι το email του και ο κωδικός πρόσβασης. Σε περίπτωση που δεν έχει λογαριασμό, του δίνεται η δυνατότητα να δημιουργήσει πατώντας το κουμπί «Sign up?». Ενώ αν έχει ξεχάσει τον κωδικό του μπορεί να τον αλλάξει πατώντας το κουμπί «Forgot password?».



Εικόνα 6: Σελίδα σύνδεσης του Life me Up

4.4.3.2 Σελίδα δημιουργίας λογαριασμού

Ο χρήστης μεταβαίνει στη σελίδα δημιουργίας λογαριασμού, όταν θέλει να εγγραφεί στη εφαρμογή και έχει πατήσει το κουμπί «Create Account» στη 4.4.3.1 Σελίδα σύνδεσης. Ο χρήστης για να μπορέσει να εγγραφεί χρειάζεται να συμπληρώσει τη φόρμα με τα ζητούμενα στοιχεία. Τα στοιχεία αυτά είναι το όνομα του (username), την ηλεκτρονική του διεύθυνση (email), τον κωδικό πρόσβασης (password), την επιβεβαίωση του κωδικού (Confirm password) και τον στόχο του (Let us know your goal).



Username

Email address

Password

Confirm password

Let us know your goal

CREATE ACCOUNT

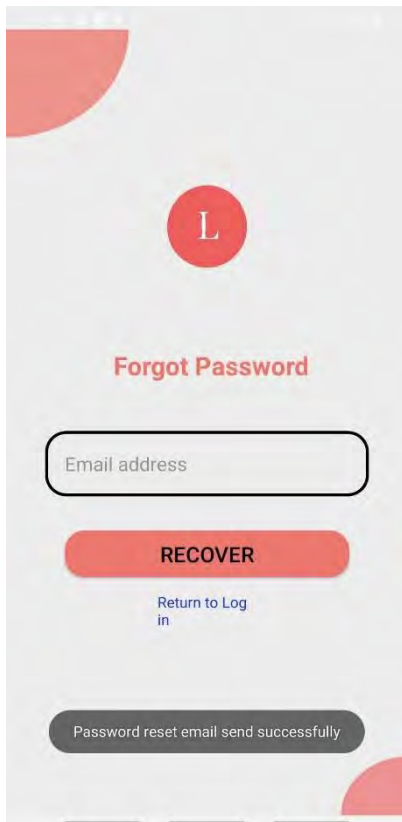
LOG IN?

Εικόνα 7: Σελίδα δημιουργίας λογαριασμού του Life me up

4.4.3.3 Σελίδα ανάκτησης κωδικού

Σε αυτή τη σελίδα μεταβαίνει ο χρήστης, πατώντας το κουμπί «Forgot password» στην

4.4.3.1 Σελίδα σύνδεσης, έτσι ώστε να μπορέσει να αλλάξει τον κωδικό του, όταν τον έχει ξεχάσει. Εδώ ζητείται από το χρήστη το email του λογαριασμού του, για να του σταλεί email ανάκτησης κωδικού και να πληκτρολογήσει τον νέο του κωδικό.



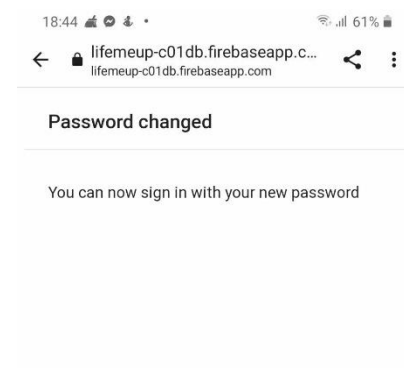
Εικόνα 9: Σελίδα ανάκτησης κωδικού του Life me Up



Εικόνα 8: Email ανάκτησης κωδικού



Εικόνα 11: Πεδίο αλλαγής κωδικού πρόσβασης



Εικόνα 10: Μήνυμα επιτυχίας

Κεφάλαιο 5 Υλοποίηση της Εφαρμογής

5.1 Εισαγωγή

Σε αυτή την ενότητα παρουσιάζονται τα εργαλεία και οι γλώσσες που χρησιμοποιήθηκαν για την υλοποίηση της εφαρμογής Life me up. Παράλληλα γίνεται αναφορά στις απαιτήσεις λογισμικού και εξαρτημάτων της εφαρμογής καθώς και τον χαρακτηριστικών της βάσης δεδομένων. Ενώ τέλος γίνεται η παρουσίαση της εφαρμογής μέσα από εικόνες και περιγράφοντας τις λειτουργίες της.

5.2 Android studio

Η υλοποίηση της εφαρμογής Life me up έγινε με τη χρήση του Android Studio. Το Android Studio είναι ένα ενσωματωμένο περιβάλλον ανάπτυξης (IDE) που παρέχεται από την Google, για την ανάπτυξη εφαρμογών, για το λειτουργικό σύστημα Android (Thamizharasi, 2016). Είναι ένα πανίσχυρο εργαλείο που προσφέρει πολλές δυνατότητες για τη δημιουργία εφαρμογών Android, από την ανάπτυξη κώδικα μέχρι την προσομοίωση της εφαρμογής σε πραγματικό περιβάλλον. Μέσω του Android Studio ο προγραμματιστής μπορεί να σχεδιάσει το περιβάλλον χρήστη, να προγραμματίσει την λειτουργικότητα του, να κάνει τους απαραίτητους ελέγχους και να κάνει αποσφαλμάτωση όταν εντοπίζονται προβλήματα στη λειτουργία της εφαρμογής. Είναι ένα πλήρως λειτουργικό εργαλείο κατάλληλο για την ανάπτυξη εφαρμογών και γι' αυτό χρησιμοποιήθηκε και για την ανάπτυξη του Life me up.

5.3 Γλώσσα προγραμματισμού

Η γλώσσα προγραμματισμού που χρησιμοποιήθηκε για την ανάπτυξη της εφαρμογής Life me up είναι η Java. Η Java είναι μια αντικειμενοστραφής γλώσσα προγραμματισμού, υψηλού επιπέδου, η οποία δημιουργήθηκε από τον δημιουργήθηκε από τον James Gosling της Sun και κυκλοφόρησε για πρώτη φορά το 1995 (Gosling, Holmes, & Arnold, 2005). Μέχρι το 2019 ήταν η πιο δημοφιλής γλώσσα προγραμματισμού σύμφωνα με το (Gosling, Holmes, & Arnold, 2005) και χρησιμοποιείται ευρέως για την ανάπτυξη διάφορων εφαρμογών, συμπεριλαμβανομένων των εφαρμογών Android.

Στην εφαρμογή Life me up, η γλώσσα προγραμματισμού Java χρησιμοποιήθηκε για την υλοποίηση οτιδήποτε αφορούσε τη λειτουργικότητα της εφαρμογής και της σύνδεσης της με τη βάση δεδομένων. Η λειτουργία των κουμπιών, η μετακίνηση μέσα στην εφαρμογή, η διαχείριση των δεδομένων, από και προς τη βάση, η εμφάνιση μηνυμάτων λάθους και οτιδήποτε άλλο δεν έχει να κάνει με το περιβάλλον χρήστη έχει προγραμματιστεί σε Java.

5.4 Δημιουργία περιβάλλοντος χρήστη

Όσον αφορά, το περιβάλλον χρήστη της εφαρμογής Life me up, δηλαδή το τι βλέπει ο χρήστης όταν ανοίγει την εφαρμογή, έχει υλοποιηθεί με τη χρήση της γλώσσας σήμανσης XML (eXtensive Markup Language). Η γλώσσα XML είναι πολύ χρήσιμη στην διαμόρφωση των διαφόρων διατάξεων της εφαρμογής καθώς και των στοιχείων που περιλαμβάνουν. Παράλληλα η χρήση των XML αρχείων βοηθάει στον σχεδιασμό των παραθύρων που χρειάζονται κυλιόμενη προβολή ή συγκεκριμένου είδους διάταξη.

5.5 Απαιτήσεις λογισμικού και εξαρτημάτων

Για τη χρήση της εφαρμογής Life me up απαιτείται να πληρούνται κάποιες προϋποθέσεις όσον αφορά τα εξαρτήματα (hardware) της συσκευής καθώς και το λογισμικό της (software).

Χώρος αποθήκευσης: ο ελεύθερος χώρος αποθήκευσης της συσκευής πρέπει να υπερβαίνει τουλάχιστον το 1GB.

Κάρτα δικτύου: η συσκευή πρέπει να διαθέτει κάρτα δικτύου για να μπορεί να συνδεθεί στο διαδίκτυο.

Κάμερα: η συσκευή πρέπει να διαθέτει κάμερα για να μπορεί ο χρήστης να χρησιμοποιήσει όλες τις δυνατότητές της.

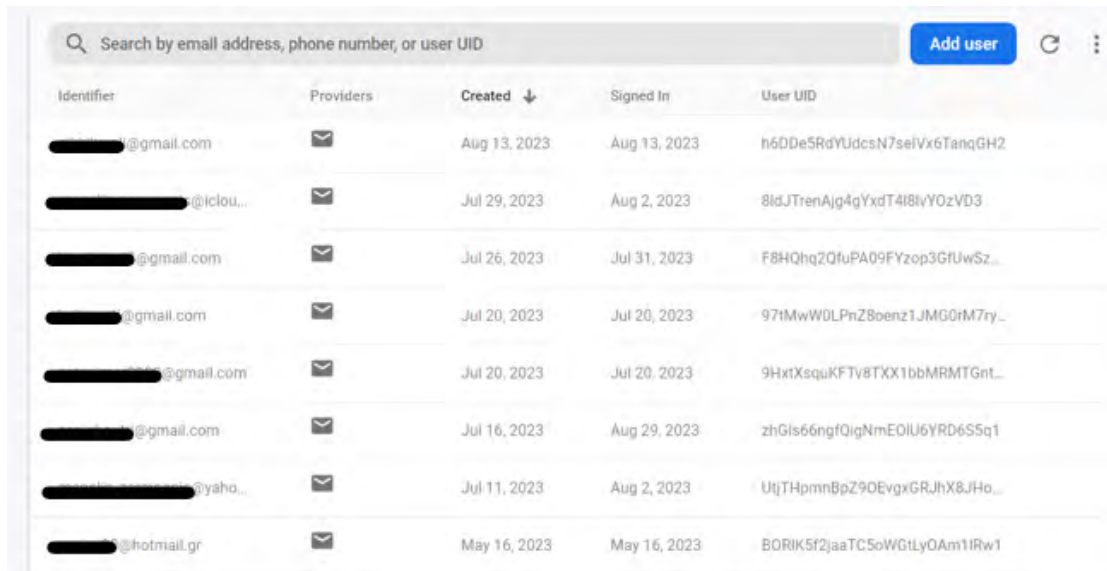
Android λογισμικό: η εφαρμογή έχει σχεδιαστεί μόνο για Android συσκευές οπότε δεν είναι δυνατή η λειτουργία της σε συσκευές που υποστηρίζουν iOS, Windows Phone κλπ.

5.6 Βάση δεδομένων

Όπως αναφέρθηκε και στην ενότητα 4.4.2 η βάση δεδομένων που χρησιμοποιήθηκε για την εφαρμογή Life me up είναι η βάση που προσφέρει το Firebase. Από όλες τις δυνατότητες που παρέχει το Firebase αξιοποιήθηκαν αυτές της αυθεντικοποίησης του

χρήστη, της βάσης δεδομένων πραγματικού χρόνου, της αποστολής ειδοποιήσεων και της αποθήκευσης δεδομένων.

Η αυθεντικοποίηση του χρήστη στο Life me up γίνεται μόνο με τη χρήση του email του και του κωδικού πρόσβασης που ορίζει ο ίδιος όταν δημιουργεί τον λογαριασμό του. Με αυτόν τον τρόπο έχει μόνο εκείνος πρόσβαση στο λογαριασμό του ενώ δίνεται η δυνατότητα στο σύστημα να τον αναγνωρίζει.

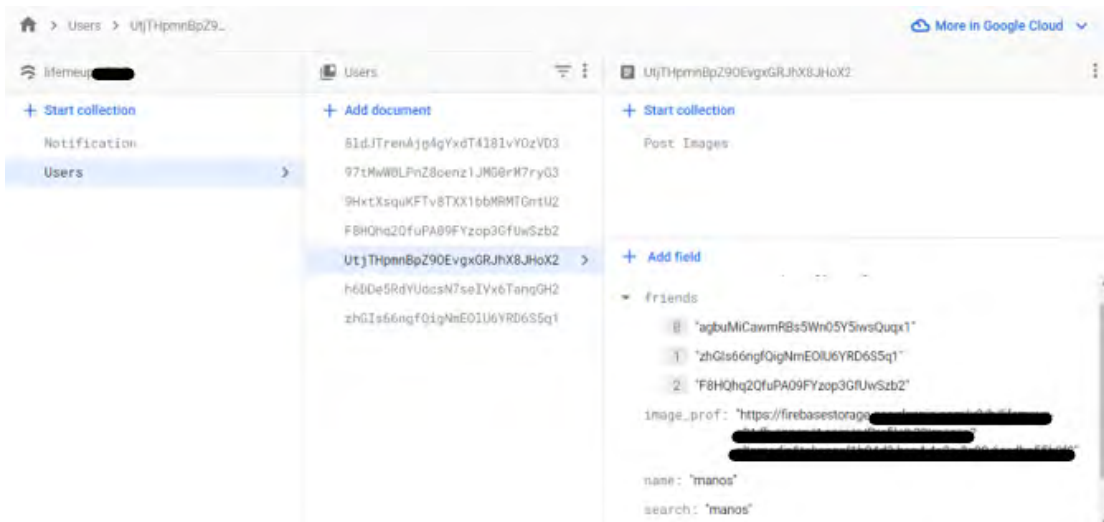


The screenshot shows the 'Users' tab in the Firebase Authentication console. At the top, there is a search bar labeled 'Search by email address, phone number, or user UID' and a blue 'Add user' button. Below the search bar is a table with the following columns: Identifier, Providers, Created, Signed In, and User UID. The table contains eight rows of user data, with some email addresses redacted with black bars.

Identifier	Providers	Created	Signed In	User UID
[redacted]@gmail.com	📧	Aug 13, 2023	Aug 13, 2023	h60De5RdYUdcsN7seIvX6TanqGH2
[redacted]@iclou...	📧	Jul 29, 2023	Aug 2, 2023	8ldJTrenAig4gYxdT4l8lvYOzVD3
[redacted]@gmail.com	📧	Jul 26, 2023	Jul 31, 2023	F84QhqZQfuPA09FYzop3GfUwSz...
[redacted]@gmail.com	📧	Jul 20, 2023	Jul 20, 2023	971MwW0LPnZ8oenz1JMG0rM7ry...
[redacted]@gmail.com	📧	Jul 20, 2023	Jul 20, 2023	9HxtXsqKFTv8TXX1bbMRMTGnt...
[redacted]@gmail.com	📧	Jul 16, 2023	Aug 29, 2023	zhGls66ngfQigNmEOIU6YRD6S5q1
[redacted]@yaho...	📧	Jul 11, 2023	Aug 2, 2023	UtiTHpmnBpZ9OEvgxGRJhX8JHo...
[redacted]@hotmail.gr	📧	May 16, 2023	May 16, 2023	BORIK5f2jaaTC5oWGtLyOAm1IRw1

Εικόνα 12: Η Αυθεντικοποίηση στο Firebase

Στη βάση δεδομένων πραγματικού χρόνου αποθηκεύονται όλα τα δεδομένα που αφορούν το χρήστη και τη δραστηριότητα του. Τα προσωπικά του στοιχεία όπως όνομα, email, στόχος κλπ., τα δεδομένα των φωτογραφιών που δημοσιεύει, περιγραφή, ημερομηνία κλπ, τα σχόλια που υπάρχουν στις φωτογραφίες του και τα χαρακτηριστικά τους, καθώς και όλες οι ειδοποιήσεις, αποθηκεύονται στην βάση δεδομένων του Firebase. Παράλληλα οποιαδήποτε αλλαγή πραγματοποιήσει ο χρήστης σε όσα προαναφέρθηκαν, αυτή εφαρμόζεται αυτόματα και στη βάση δεδομένων.

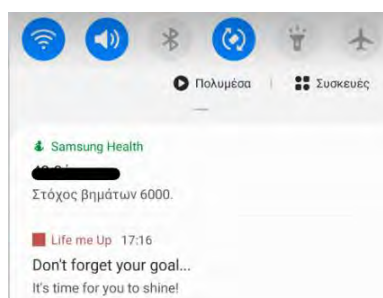


Εικόνα 13: Παράδειγμα από καταχώρηση στη βάση δεδομένων

Παράλληλα η αποστολή ειδοποιήσεων (cloud messaging) χρησιμοποιήθηκε με σκοπό την κινητοποίηση και την ενθάρρυνση του χρήστη. Ο χρήστης λαμβάνει καθημερινά ειδοποιήσεις από την εφαρμογή για να μη ξεχνάει να καταχωρεί την πρόοδο του και να συνεχίζει την προσπάθεια του. να μην ξεχνάει το στόχο του και να χρησιμοποιεί την εφαρμογή για αυτό το σκοπό.

Campaign	Start	End	Status	Target	Last Updated ↓	Sends / Impressions	Clicks / Opens
Don't forget your goal... It's time for you to shine!	Aug 30, 2023 12:01:00 PM		Scheduled		Aug 29, 2023	<1000	0%

Εικόνα 14: Η προγραμματισμένη υπενθύμιση στο Firebase



Εικόνα 15: Στιγμιότυπο οθόνης από την ειδοποίηση

Τέλος η αποθήκευση δεδομένων αφορά την αποθήκευση όλων των φωτογραφιών και πολυμέσων που έχουν δημοσιεύσει οι χρήστες στην εφαρμογή. Όλες αυτές οι φωτογραφίες υπάρχουν αποθηκευμένες στην αποθήκη (storage) του Firebase για την καλύτερη λειτουργία της εφαρμογής.

☐	Name	Size	Type	Last modified
☐	 1688648672078	636.62 KB	image/jpeg	Jul 6, 2023
☐	 1688649249790	341.76 KB	image/jpeg	Jul 6, 2023
☐	 1688649575555	174.36 KB	image/jpeg	Jul 6, 2023
☐	 1688650845000	1.01 MB	image/jpeg	Jul 6, 2023
☐	 1688650915504	174.36 KB	image/jpeg	Jul 6, 2023
☐	 1688653165471	446.57 KB	image/jpeg	Jul 6, 2023
☐	 1688653420854	463.6 KB	image/jpeg	Jul 6, 2023
☐	 1688653916593	1.07 MB	image/jpeg	Jul 6, 2023

Εικόνα 16: Οι αποθηκευμένες φωτογραφίες στο Firebase

5.7 Η λειτουργία του Life me Up

Σε αυτή την ενότητα θα παρουσιαστούν εικόνες από την εφαρμογή και θα αναλυθεί η λειτουργία των επιμέρους χαρακτηριστικών της.

5.7.1 Κεντρική σελίδα

Σε αυτή τη σελίδα εμφανίζονται οι ημερήσιες δημοσιεύσεις του χρήστη καθώς και των διαδικτυακών του φίλων (Εικόνα 19: Κεντρική σελίδα (Εικόνα 19)). Εδώ οι χρήστες μπορούν να αλληλεπιδράσουν σχολιάζοντας και αντιδρώντας ο ένας τις εικόνες του άλλου, θέτοντας ερωτήματα, συμβουλές και ενθαρρυντικά σχόλια. Με αυτόν τον τρόπο κάτω από τις φωτογραφίες των χρηστών δημιουργούνται διαδικτυακές συζητήσεις και αναλύονται διαφορετικά θέματα.

Όταν ο χρήστης επιλέγει το κουμπί σχολίου, είτε το κουτί κειμένου «See all comments» τότε μεταφέρεται σε νέα σελίδα, όπου του εμφανίζονται τα σχόλια της φωτογραφίας, ενώ του δίνεται η επιλογή να προσθέσει και ο ίδιος ένα σχόλιο (Εικόνα 17).

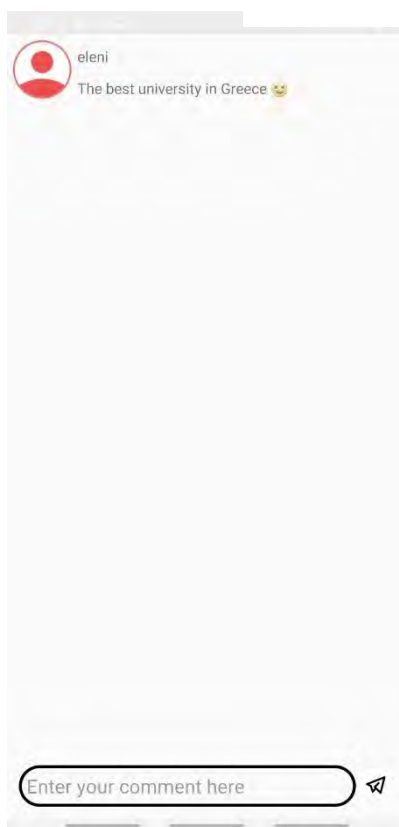
Ενώ όταν ο χρήστης πατήσει το κουμπί αντίδρασης τότε η «ραγισμένη καρδιά» γεμίζει και γίνεται κόκκινη και ο αριθμός των «Congrats!» αυξάνεται κατά 1 (Εικόνα 18).



Εικόνα 19: Κεντρική σελίδα



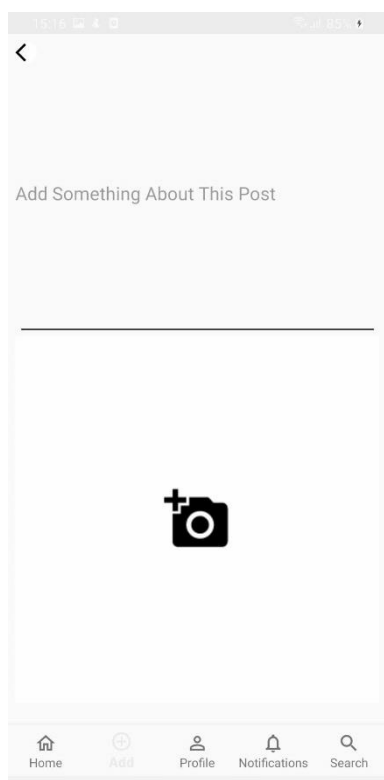
Εικόνα 18: Παράδειγμα
αντίδρασης σε φωτογραφία



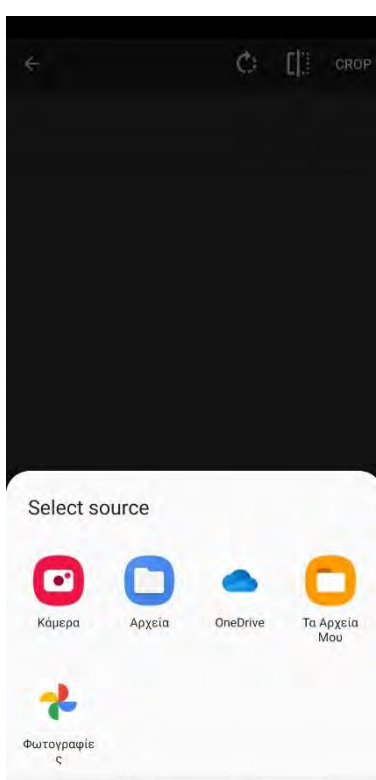
Εικόνα 17: Σελίδα σχολίων

5.7.2 Σελίδα προσθήκης φωτογραφίας

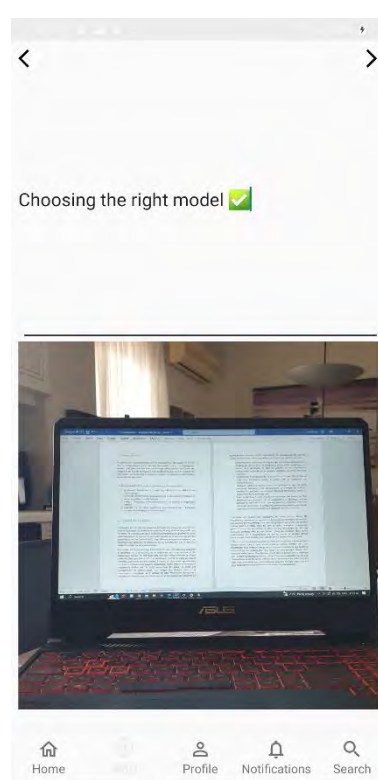
Μέσω αυτής της σελίδας ο χρήστης μπορεί να ανεβάσει μία νέα φωτογραφία. Πατώντας το κουμπί προσθήκης όπως φαίνεται στην Εικόνα 22 ,του εμφανίζεται η επιλογή να διαλέξει αν θέλει να ανεβάσει μία φωτογραφία από τα αρχεία του, ή να τραβήξει μία νέα με την κάμερα του (Εικόνα 21). Επιλέγοντας και προσαρμόζοντας την φωτογραφία του αυτή φορτώνεται στη σελίδα (Εικόνα 20). Έπειτα ο χρήστης μπορεί να προσθέσει την περιγραφή που επιθυμεί και να τη δημοσιεύσει πατώντας το κουμπί ->. Όταν η φωτογραφία δημοσιευθεί επιτυχώς εμφανίζεται μήνυμα επιτυχίας στην οθόνη του χρήστη και μπορεί πλέον να τη βρει είτε στην κεντρική σελίδα, είτε στο προσωπικό του προφίλ.



Εικόνα 22: Σελίδα προσθήκης νέας φωτογραφίας



Εικόνα 21: Σελίδα επιλογής τρόπου εισαγωγής εικόνας

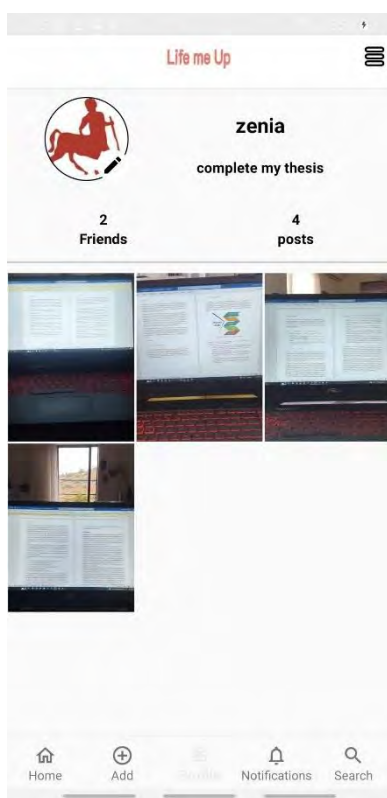


Εικόνα 20: Προετοιμασία δημοσίευσης

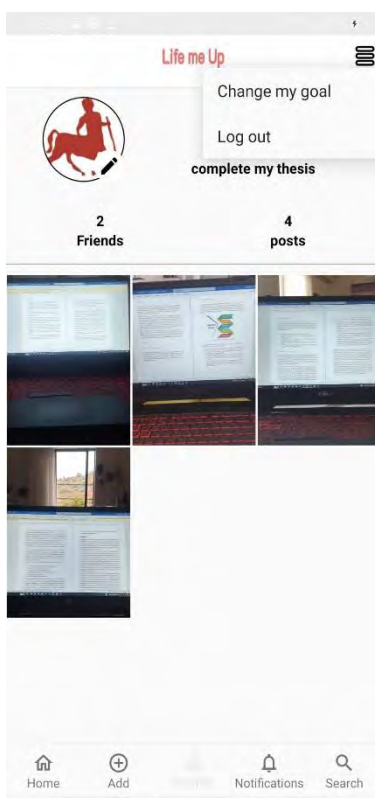
5.7.3 Σελίδα προφίλ

Όπως φαίνεται και στην Εικόνα 25, σε αυτή τη σελίδα αποθηκεύονται οι δημοσιεύσεις του χρήστη, ενώ εμφανίζονται και τα προσωπικά του στοιχεία που αφορούν τον στόχο του, τον αριθμό των δημοσιεύσεων του και τον αριθμό των φίλων του. Παράλληλα εδώ δίνεται η δυνατότητα του χρήστη να αλλάξει την εικόνα προφίλ του πατώντας πάνω στο κουμπί επεξεργασίας που υπάρχει πάνω από την εικόνα.

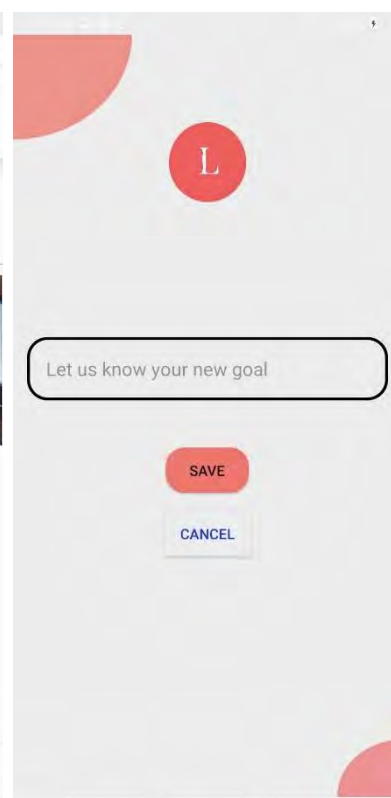
Επιπλέον ο χρήστης, πατώντας την επιλογή μενού Εικόνα 24, μπορεί να διαλέξει να αλλάξει τον στόχο του ή να αποσυνδεθεί από τον λογαριασμό του. Επιλέγοντας την επιλογή αλλαγή στόχου, ο χρήστης μεταβαίνει σε νέα σελίδα, Εικόνα 23, όπου του ζητείται να συμπληρώσει το νέο του στόχο.



Εικόνα 25: Σελίδα προφίλ

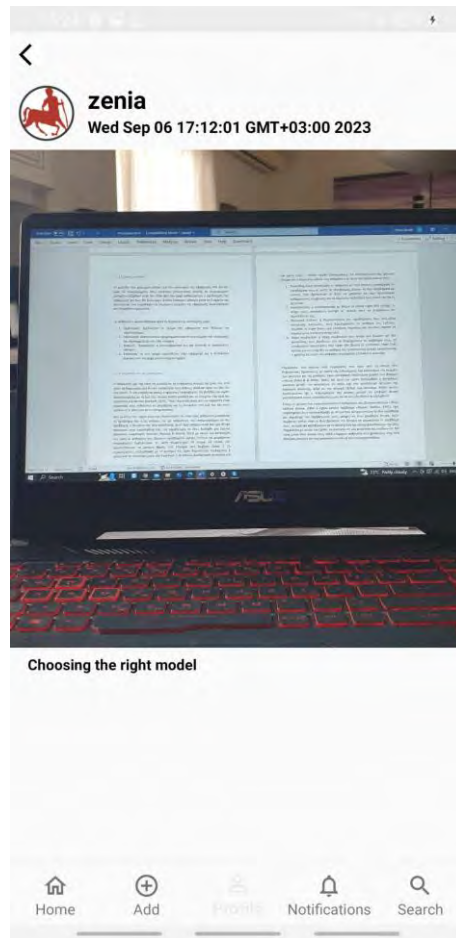


Εικόνα 24: Επιλογή μενού



Εικόνα 23: Σελίδα αλλαγής
στόχου

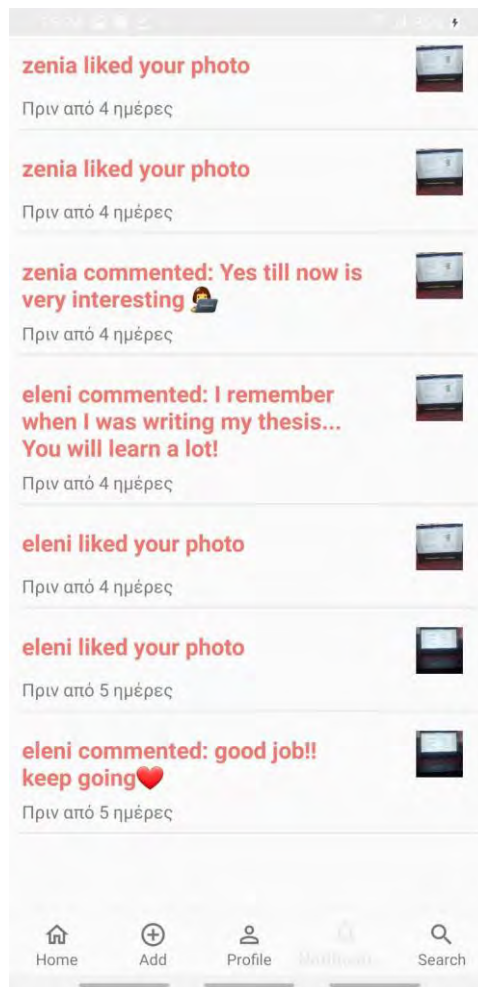
Παράλληλα αν ο χρήστης πατήσει κάποια από τις δημοσιευμένες φωτογραφίες του, τότε αυτή προβάλλεται σε νέο παράθυρο , σε μεγαλύτερο μέγεθος, μαζί με την περιγραφή της Εικόνα 26.



Εικόνα 26: Προβολή φωτογραφίας

5.7.4 Σελίδα ειδοποιήσεων

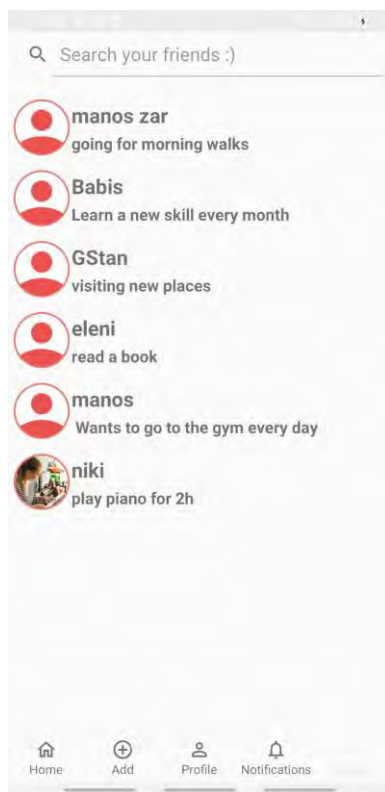
Σε αυτή τη σελίδα εμφανίζονται οι ειδοποιήσεις του χρήστη, που αφορούν τα σχόλια στις δημοσιεύσεις του, τις αντιδράσεις που λαμβάνει καθώς και το ποιός χρήστης τον πρόσθεσε στους φίλους του (Εικόνα 27).



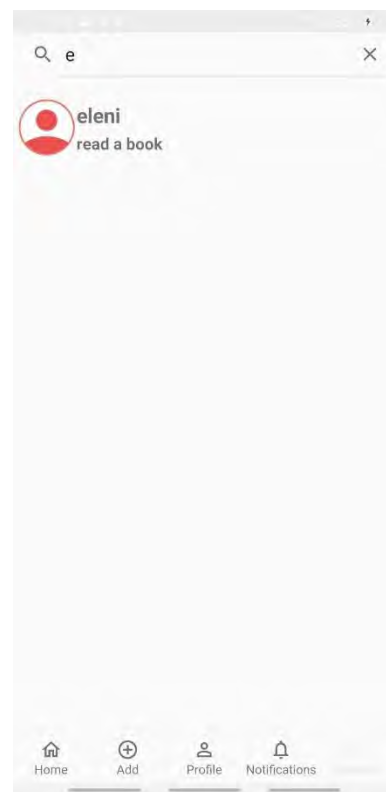
Εικόνα 27: Σελίδα ειδοποιήσεων

5.7.5 Σελίδα ειδοποιήσεων

Μέσα από αυτή τη σελίδα ο χρήστης μπορεί να εντοπίσει τους λογαριασμούς άλλων χρηστών. Όπως φαίνεται και στην Εικόνα 30, εδώ εμφανίζονται οι υπόλοιποι χρήστες σε μορφή λίστας, με το όνομα, τη φωτογραφία και το στόχο τους. Ο χρήστης μπορεί να αναζητήσει έναν άλλο λογαριασμό πληκτρολογώντας χαρακτήρες του ονόματος ή και ολόκληρο το όνομα όπως φαίνεται και στην Εικόνα 29. Αν πατήσει πάνω σε κάποια από τις επιλογές τότε οδηγείται στο προφίλ του όπου μπορεί να δει το προφίλ του εκάστοτε χρήστη και να τον προσθέσει ή να τον αφαιρέσει από τη λίστα φίλων του (Εικόνα 28).



Εικόνα 30: Σελίδα
αναζήτησης



Εικόνα 29: Αναζήτηση
χρήστη



Εικόνα 28: Προφίλ χρήστη

Κεφάλαιο 6 Σύνοψη, Συμπεράσματα και Μελλοντικές

Επεκτάσεις

6.1 Εισαγωγή

Σε αυτή την ενότητα παρουσιάζεται η σύνοψη της πτυχιακής εργασίας και τα συμπεράσματα που εξήχθησαν. Επιπλέον επισημαίνονται οι μελλοντικές διορθώσεις που πρέπει να πραγματοποιηθούν και οι επεκτάσεις που μπορούν να γίνουν.

6.2 Συμπεράσματα

Σύμφωνα με όσα αναφέρθηκαν στις προηγούμενες ενότητες θα επισημάνουμε τα συμπεράσματα που εξήχθησαν και πως αυτά οδήγησαν στην υλοποίηση της εφαρμογής Life me up.

Όπως αναφέρεται στο 2.3, ο άνθρωπος έχει ανάγκη να μοιράζεται τις στιγμές της ζωής του είτε είναι ευχάριστες είτε δύσκολες. Μόνο έτσι καταφέρνει να αντιμετωπίσει τους στόχους του “κατάματα” και να τους νικήσει. Μέσω αυτής της αλληλεπίδρασης το άτομο νιώθει μέλος μίας ομάδας και ενθαρρύνεται να συνεχίσει την πορεία προς το στόχο του. Μοιράζεται ιδέες, γνώσεις και προβληματισμούς, και με αυτόν τον τρόπο διευρύνει τους γνωστικούς του ορίζοντες και ενθαρρύνει και άλλα άτομα να ξεκινήσουν τον δικό τους προσωπικό αγώνα. Η πορεία προς τον στόχο δεν είναι εύκολη, θέλει διαρκή επιμονή και υπομονή την οποία μπορεί να αντλεί κάποιος από τους φίλους του, το κοινωνικό ή διαδικτυακό του περιβάλλον.

Η βιβλιογραφική μελέτη που έγινε στο Κεφάλαιο 3 μας έδειξε ότι τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στη ζωή του σύγχρονου ανθρώπου και αποτελούν αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας του. Γίνεται αναφορά στα forums, αλλά και στα σύγχρονα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης, μέσα από τα οποία το άτομο αλληλεπιδρά με άλλους χρήστες, μοιράζεται προσωπικές ιστορίες, θέτει ερωτήματα που τον απασχολούν, παραδειγματίζεται και γενικότερα εξελίσσεται. Μπορεί τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης να θεωρούνται από πολλούς υπεύθυνα για πολλά από τα δεινά της σύγχρονης πραγματικότητας, αλλά στην ουσία υπεύθυνοι είμαστε εμείς όταν τα χρησιμοποιούμε με λανθασμένο τρόπο.

Οι περισσότερες έρευνες και εργασίες που έχουν γίνει σχετικά με την ανάπτυξη εφαρμογών για την επίτευξη στόχων, είτε ειδικών, είτε γενικών, έδειξαν, ότι οι εφαρμογές τέτοιου είδους έχουν θετική επίδραση στο άτομο. Αυτό συμβαίνει γιατί όταν ο χρήστης μπορεί να παρακολουθεί την εξέλιξη της πορείας του και να μη βασίζεται απλά στην προσωπική του αντίληψη, τότε μπορεί να οργανώνει και τα επόμενα στάδια της προσπάθειας του. Διαπιστώνει τα λάθη του, ενθαρρύνεται από την πρόοδο του και αποκτά περισσότερη επιμονή.

Παράλληλα, παρουσιάστηκαν και κάποιες από τις ήδη υπάρχουσες εφαρμογές, οι οποίες σχεδιάστηκαν για την προσωπική ενθάρρυνση του ατόμου (3.5). Παρ' όλα αυτά οι εφαρμογές αυτές ακολουθούν όλες ένα παρόμοιο μοτίβο, καθώς εστιάζουν μόνο σε έναν στόχο, ο οποίος σχετίζεται είτε με την άθληση, είτε με τη διατροφή του. Καταγράφουν την πρόοδο του μέσα από αισθητήρες και μέσα αυτοκαταγραφής και δίνουν στο χρήστη μία συνολική εικόνα της πορείας του. Αντίθετα σε άλλες εφαρμογές όπου υποστηρίζεται η προσωπική επιλογή του στόχου, δίνεται ιδιαίτερη σημασία στο να ενθαρρύνουν το χρήστη να τον πετύχει σε συγκεκριμένο χρονικό διάστημα, παρέχοντας του ένα χρονόμετρο ή μία λίστα, μέσω της οποίας μπορεί να οργανώνει τα θέλω του και να σημειώνει ποιά από αυτά έχουν εκπληρωθεί. Αυτές οι εφαρμογές δηλαδή επικεντρώνονται στην προσωπική συνέπεια του ατόμου και όχι στην ενθάρρυνση μέσω της αλληλεπίδρασης. Τέλος υπάρχουν και κάποιες άλλες εφαρμογές που αποσκοπούν στην επίτευξη στόχων, οι οποίες όμως είναι σχεδιασμένες για εργασιακά περιβάλλοντα και δεν είναι κατάλληλες για τις προσωπικές ανάγκες ενός ατόμου.

Από όσα προαναφέρθηκαν λοιπόν διαπιστώσαμε ότι ένα μέσον το οποίο μπορεί να βοηθήσει το άτομο να πετύχει τους στόχους του, είναι μία εφαρμογή κοινωνικής δικτύωσης με αυτόν τον σκοπό. Ουσιαστικά η εφαρμογή αυτή αντικαθιστά τις ξεπερασμένες πλατφόρμες των forum και έρχεται να δώσει μία νέα μορφή σε αυτές, εκμεταλλευόμενη την έντονη σχέση των ανθρώπων με τα social media. Γι' αυτό το σκοπό λοιπόν δημιουργήθηκε το Life me Up.

Το Life me Up είναι υπό τη μορφή ενός μέσου κοινωνικής δικτύωσης. Εκεί ο χρήστης δημιουργεί τον προσωπικό του λογαριασμό, θέτει τον δικό του στόχο και κρατάει καταγραφή της πορείας του. Ο χρήστης έχει τη δυνατότητα να ανεβάζει καθημερινά φωτογραφίες οι οποίες υποδεικνύουν την πορεία του στόχου του. Παράλληλα οι φωτογραφίες αυτές κοινοποιούνται αυτόματα σε όλους του τους φίλους, οι οποίοι με τη

σειρά τους μπορούν να τις σχολιάσουν και να αντιδράσουν σε αυτές. Με αυτόν τον τρόπο το άτομο κινητοποιείται και παίρνει θάρρος για να συνεχίσει την πορεία του. Μέσα από τα σχόλια οι χρήστες μπορούν να θέτουν ερωτήματα, να μοιράζονται τη δική τους εμπειρία και να δημιουργούν μία μικρή κοινότητα. Επιπλέον, οι αναρτήσεις εμφανίζονται στους χρήστες μόνο για μία μέρα. Μετά το πέρας της ημέρας οι φωτογραφίες αυτές υπάρχουν μόνο στο προσωπικό προφίλ του ατόμου, ενώ πρόσβαση στα σχόλια και στις αντιδράσεις έχει μόνο εκείνος που έκανε την ανάρτηση. Αυτό έχει ως σκοπό την ενθάρρυνση των χρηστών για καθημερινή αλληλεπίδραση μεταξύ τους και την καθημερινή ενασχόληση με το στόχο τους.

Όσον αφορά το μοντέλο ανάπτυξης της εφαρμογής, όπως αναφέρθηκε και στο 2.2.4 επιλέχθηκε το μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση. Έπειτα από έρευνα που έγινε σχετικά με τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα των μοντέλων ανάπτυξης (2.2), διαπιστώθηκε ότι το μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση ήταν το καταλληλότερο για την ανάπτυξη του Life me up. Αυτό συμβαίνει γιατί το μοντέλο αυτό, μας προσέφερε ευελιξία και άνεση στην υλοποίηση. Κάθε καινούργιο τμήμα της εφαρμογής δημιουργούνταν ξεχωριστά από τα υπόλοιπα και έπειτα ενσωματωνόταν στην ήδη υπάρχουσα εφαρμογή. Με αυτόν τον τρόπο μπορούσαμε να κάνουμε τις απαραίτητες δοκιμές και αλλαγές χωρίς να χρειάζεται να παρέμβουμε σε μεγάλο μέρος του κώδικα. Κάθε νέα δραστηριότητα περνούσε πρώτα από τα στάδια του σχεδιασμού, της ανάπτυξης και της δοκιμής και έπειτα ενσωματωνόταν με τον υπόλοιπο κώδικα, το οποίο μας βοηθούσε στο να κάνουμε αλλαγές στην λειτουργία της ή να διορθώσουμε γρήγορα τυχόν λάθη. Σε αντίθεση με το μοντέλο του καταρράκτη, όπου η δομή και οι απαιτήσεις της εφαρμογής έπρεπε να είναι προαποφασισμένες για την υλοποίηση της. Το αντίθετο θα είχε σημαντικές συνέπειες, καθώς θα ήταν πολύ δύσκολο να γίνουν αλλαγές όταν η εφαρμογή θα βρισκόταν σε προχωρημένο στάδιο. Επιπροσθέτως, παρ' όλο που το μοντέλο σπειράλης είναι παρόμοιο με το μοντέλο επικεντρωμένο στην επέκταση, δεν επιλέχθηκε, καθώς απαιτούσε σημαντική εμπειρία στην ανάπτυξη εφαρμογών, εξαιτίας της πολυπλοκότητας του, κάτι που δεν διαθέταμε εμείς.

Η υλοποίηση της εφαρμογής έγινε με χρήση του Android studio και της γλώσσας java και ο κώδικας της εφαρμογής βρίσκεται εδώ [LifeMeUp](#).

6.3 Μελλοντικές Επεκτάσεις

Η ιδέα του Life me up είναι ακόμα σε πρώιμο στάδιο. Η εφαρμογή μπορεί να εξελίξει τις δυνατότητες της και να παρέχει ακόμα περισσότερες ωφέλη στο χρήστη. Παρκάτω παρουσιάζουμε κάποια από τα μελλοντικά σχέδια.

6.3.1 Διαγραφή δημοσιεύσεων και λογαριασμών

Η διαγραφή δημοσιεύσεων και λογαριασμών είναι δύο από τις σημαντικότερες λειτουργίες, οι οποίες δεν κατάφεραν να υλοποιηθούν. Θα πρέπει σε μία επόμενη έκδοση ο χρήστης να έχει τη δυνατότητα να διαγράψει μία φωτογραφία που έχει δημοσιεύσει ή και ολόκληρο το λογαριασμό, με ότι αλλαγές αυτό συνεπάγεται.

6.3.2 Πρόταση φίλων

Είναι πολύ σημαντικό ο χρήστης να μπορεί εύκολα να επεκτείνει τον διαδικτυακό του κύκλο μέσα στην εφαρμογή. Γι' αυτό το λόγο πρέπει να βρεθεί ή να σχεδιαστεί ο κατάλληλος αλγόριθμος, ο οποίος θα προτείνει στο χρήστη άτομα για να προσθέσει στη λίστα φίλων του. Αυτά τα άτομα μπορεί να είναι χρήστες με τον ίδιο στόχο, κοινοί γνωστοί φίλων του ή δικοί του φίλοι από άλλες διαδικτυακές πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης. Με αυτό τον τρόπο ο χρήστης θα διευρύνει τον κύκλο του και θα έχει μεγαλύτερη πηγή έμπνευσης αλλά και ανατροφοδότησης. Παράλληλα θα του είναι πολύ πιο εύκολο να γνωρίζει αν κάποιος γνωστός του έχει λογαριασμό στην πλατφόρμα έτσι ώστε να μπορεί να συνδεθεί μαζί του, αν το επιθυμεί.

6.3.3 Δυνατότητα επαγγελματικών λογαριασμών

Η εφαρμογή θα πρέπει να διαμορφωθεί έτσι ώστε να μπορεί και ένας επαγγελματίας να μοιράζεται τις γνώσεις του πάνω σε συγκεκριμένα αντικείμενα. Επαγγελματίες που ειδικεύονται σε στόχους που έχουν να κάνουν με διατροφή, άσκηση, επαγγελματική ανέλιξη κλπ. μπορούν να κατευθύνουν τους ανθρώπους και να διευκολύνουν τον προσωπικό τους αγώνα. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί και με τη τωρινή μορφή της εφαρμογής, αλλά είναι σημαντικό να μπορεί να επαληθευτεί ότι ο χρήστης έχει πιστοποιημένες γνώσεις. Αλλιώς είναι πολύ πιθανόν οι χρήστες να πέσουν θύματα παραπληροφόρησης.

6.3.4 Προσθήκη βίντεο

Ένα επιπλέον χαρακτηριστικό που θα μπορούσε να βοηθήσει στην καλύτερη λειτουργία της εφαρμογής, είναι η κοινοποίηση βίντεο. Τα βίντεο πλέον χρησιμοποιούνται ευρέως από τους χρήστες σε άλλα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, καθώς είναι περισσότερο δημιουργικά και μέσα από αυτά μπορούν να μοιραστούν την εμπειρία τους πολύ πιο εύκολα και γρήγορα. Άρα προσθήκη μίας τέτοιας δυνατότητας θα μπορούσε να ενισχύσει την αλληλεπίδραση των χρηστών με την εφαρμογή και κατά συνέπεια με τους στόχους τους.

6.3.5 Εξατομικευμένες ειδοποιήσεις

Θα μπορούσε η εφαρμογή να δίνει τη δυνατότητα στον χρήστη να διαμορφώνει μόνος τις ειδοποιήσεις που θέλει να δέχεται. Για παράδειγμα θα μπορούσε να θέτει ο ίδιος την ώρα που θα λάβει την ειδοποίηση, έτσι ώστε να ασχοληθεί όποτε θέλει εκείνος με το στόχο του και έπειτα να ανεβάσει τη πορεία του στο Life me up.

6.4 Σύνοψη

Η παρούσα πτυχιακή εργασία είχε ως στόχο, να μελετήσει κατά πόσο τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης μπορούν να βοηθήσουν το άτομο να πετύχει τους στόχους του και κατά συνέπεια να επιτευχθεί η προσωπική του εξέλιξη. Κυρίαρχο μέλημα της ήταν η ανάπτυξη μίας εφαρμογής κοινωνικής δικτύωσης που είχε ακριβώς τον ίδιο σκοπό.

Μετά από μία ενδελεχή έρευνα στη βιβλιογραφία που αφορούσε στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης και πως αυτά μπορούν να επηρεάσουν θετικά τον άνθρωπο και τις συνήθειες του, διαπιστώθηκε ότι μία εφαρμογή επίτευξης στόχων δύναται να βοηθήσει τους χρήστες της να πετύχουν τα προσωπικά τους θέλω. Παρ' όλα αυτά από τις ήδη υπάρχουσες εφαρμογές, λείπει μία εφαρμογή που θα συνδυάζει τα σύγχρονα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης με την επίτευξη στόχων και η οποία θα επικεντρώνεται στην προσωπική εξέλιξη του ατόμου. Γι' αυτό κατασκευάσαμε το Life me up. Στο πλαίσιο της πτυχιακής αναφερθήκαμε στο σχεδιασμό της εφαρμογής, των απαιτήσεων και των περιορισμών της. Αναλύσαμε τη βάση δεδομένων που χρησιμοποιήθηκε και τα μέσα που χρειάστηκαν για την υλοποίηση της. Παρουσιάσαμε την λειτουργία της καθώς και τα χαρακτηριστικά της και πως αυτά μπορούν να ωφελήσουν τους χρήστες της. Ενώ, τέλος επισημάνσαμε τα

συμπεράσματα που διεξήχθησαν από όλη την εργασία καθώς και πιθανές βελτιώσεις και προσθήκες που μπορούν να γίνουν.

Μετά από όλα αυτά πιστεύουμε ότι το Life me up είναι μία εφαρμογή που ενσωματώνεται στη σύγχρονη πραγματικότητα και μπορεί να βοηθήσει σημαντικά τους χρήστες της, να δουν κατάματα τους στόχους τους και να τους νικήσουν. Μέσα από την αλληλεπίδραση, την αλληλοβοήθεια και την καθημερινή αυτοκαταγραφή, το Life me up, ενθαρρύνει τους χρήστες του, και τους βοηθάει να ανταπεξέλθουν στις απαιτήσεις τους. Είναι μία εφαρμογή που παρ' όλο ότι επιδέχεται αρκετή βελτίωση, όλα δείχνουν ότι έχει τη δυνατότητα να φέρει σημαντικά αποτελέσματα στην εμπύχωση και την κινητοποίηση των ανθρώπων.

Βιβλιογραφία

- Adwinda, C. P., & Pradono, S. (2020). Developing an android-based running application. *Journal of Critical Reviews*, 7(8), 851-857.
- Alshamrani, A., & Bahattab, A. (2015). A comparison between three SDLC models waterfall model, spiral model, and Incremental/Iterative model. *International Journal of Computer Science Issues (IJCSI)*, 12(1), 106.
- An elegant habit tracker that actually works!* (2023, April 11). Ανάκτηση από Way of Life: <https://wayoflifeapp.com/>
- Barasch, A. (2020). The consequences of sharing. *Current Opinion in Psychology*, 31, 61-66.
- Begona, M., Frances , W., & Amparo, G. C. (2007). Discussion forum interactions: Text and context. 566-582.
- Bolton, R. N., Parasuraman, A., Hoefnagels, A., Migchels, N., Kabadayi, S., Gruber, T. .., & Solnet, D. (2013). Understanding Generation Y and their use of social media: a review and research agenda. *Journal of service management*, 24(3), 245-267.
- Brandtzæg, P. B., & Heim, J. (2009). Why people use social networking sites. In *Online Communities and Social Computing: Third International Conference, OCSC 2009, Held as Part of HCI International 2009, San Diego, CA, USA, July 19-24, 2009. Proceedings 3*, 143-152.
- Bülow, P. H. (2004). Sharing experiences of contested illness by storytelling. *Discourse & Society*, 15(1), 33-53.
- Chung, C. F., Agapie, E., Schroeder, J., Mishra, S., Fogarty, J., & Munsan, S. A. (2017). When Personal Tracking Becomes Social: Examining the Use of Instagram for Healthy Eating. *CHI '17: Proceedings of the 2017 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1674-1687.
- Chung, L., Nixon, B. A., Yu, E., & Mylopoulos, J. (2012). Non-functional requirements in software engineering (Vol. 5). *Springer Science & Business Media*.

- ClickUp/ One up to replace them all.* (χ.χ.). Ανάκτηση από ClickUp: <https://clickup.com/>
- Consolvo, S., Everitt, K., Smith, I., & Landay, J. A. (2006). Design requirements for technologies that encourage physical activity. *In Proceedings of the SIGCHI conference on Human Factors in computing systems*, 457-466.
- Consolvo, S., Klasnja, P., McDonald, D. W., & Landay, J. A. (2014). Designing for healthy lifestyles: Design considerations for mobile technologies to encourage consumer health and wellness. *Foundations and Trends® in Human-Computer Interaction*, 6(3-4), 167-315.
- Consolvo, S., McDonald, D. W., Toscos, T., Chen, M. Y., Froehlich, J., Harrison, B. ..., & Landay, J. A. (2008). Activity sensing in the wild: a field trial of ubifit garden. *In Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems* , 1797-1806.
- Deng, T., Kanthawala, S., Meng, J., Peng, W., Kononova, A., Hao, Q. .., & David, P. (2019). Measuring smartphone usage and task switching with log tracking and self-reports. *Mobile Media & Communication*, 7(1), 3-23.
- Eldridge, A. (2023, August 12). *Instagram*. Ανάκτηση από Encyclopedia Britannica: <https://www.britannica.com/topic/Instagram>
- Fialho, A. T., Van Den Heuvel, H., Shahab, Q., Liu, Q., Li, L., Saini, P. .., & Markopoulos, P. (2009). ActiveShare: sharing challenges to increase physical activities. *In CHI'09 Extended Abstracts on Human Factors in Computing Systems*, 4159-4164.
- Find your perfect fit.* (χ.χ.). Ανάκτηση από Fitbit Official Site for Activity Trackers and More: <https://www.fitbit.com/global/eu/home>
- FREE Time Tracking Software.* (2017, September 1). Ανάκτηση από Clockify: <https://clockify.me/>
- Goal & Habit Tracker + SMART Goal Setting App.* (χ.χ.). Ανάκτηση από Strides: <https://www.stridesapp.com/>
- Goldsmith, M., & Goldsmith, K. (2006). Helping People achieve their goals. *Leader to leader*, 39, 24-29.

- Gordon, M., Althoff, T., & Leskovec, J. (2019). Goal-setting and achievement in activity tracking apps: a case study of MyFitnessPal. *In The World Wide Web Conference* , 571-582.
- Gosling, J., Holmes, D. C., & Arnold, K. (2005). The Java programming language.
- Hendersen, E. (2020, Mar 16). *Instagram can provide motivation to exercise*. Ανάκτηση από News Medical Life Sciences: <https://www.news-medical.net/news/20200316/Instagram-can-provide-motivation-to-exercise.aspx>
- Holen, T. M. (2019). Creating a Social Media App for Goal Accomplishment. (*Master's thesis, NTNU*).
- Khawas, C., & Shah, P. (2018). Application of firebase in android app development-a study. *International Journal of Computer Applications*, 179(46), 49-53.
- Kim, Y. H., Jeon, J. H., Lee, B., Choe, E. K., & Seo, J. (2017). OmniTrack: a flexible self-tracking approach leveraging semi-automated tracking. *Proceedings of the ACM on interactive, mobile, wearable and ubiquitous technologies*, 1(3), 1-28.
- Kramer, J. N., Künzler, F., Mishra, V., Smith, S. N., Kotz, D., Scholz, U. ..., & Kowatsch, T. (2020). Which components of a smartphone walking app help users to reach personalized step goals? Results from an optimization trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 54(7), 518-528.
- Lee, C. S., Abu Bakar, N. A., Muhammad Dahri, R. B., & Sin, S. J. (2015). Instagram This! Sharing Photos on Instagram. *In: Allen, R., Hunter, J., Zeng, M. (eds) Digital Libraries: Providing Quality Information. ICADL 2015. Lecture Notes in Computer Science()*, vol 9469. Springer, Cham.
- Li, C. (2010). Groundswell. Winning in a world transformed by social technologies. *Strategic Direction*, 26(8).
- Lose It! - Calorie counting made easy*. (χ.χ.). Ανάκτηση από Lose It! - Weight Loss That Fits: <https://loseit.com/>
- Malan, R., & Bredemeyer, D. (2001). Functional requirements and use cases. *Bredemeyer Consulting*.

- Maria, Daniel, & Anna. (χ.χ.). *healthy Weight Loss & Eating: Lose eight fast with Yazio*.
Ανάκτηση από YAZIO: <https://www.yazio.com/en>
- Maryville, U. (2020). The evolution of social media: How did it begin, and where could it go next. Ανάκτηση από MARYVILLE UNIVERSITY: <https://online.maryville.edu/blog/evolution-social-media/>
- Mishra, A., & Dubey, D. (2013). A comparative study of different software development life cycle models in different scenarios. *International Journal of Advance research in computer science and management studies*, 1(5).
- Montero, B., Watts, F., & García-Carbonell, A. (2007). Discussion forum interactions: Text and context. *System*, 35(4), 566-582.
- Moorhead, A. S., Hazlett, D. E., Harisson, L., Carroll, J. K., Irwin, A., & Hoving, C. (2013). A New Dimension of Health Care: Systematic Review of the Uses, Benefits, and Limitations of Social Media for Health Communication. *J Med Internet Res*.
- Moroney, L., & Moroney, L. (2017). An Introduction to Firebase. . *The Definitive Guide to Firebase: Build Android Apps on Google's Mobile Platform*, 1-24.
- Mujumdar, A., Masiwal, G., & Chawan, P. M. (2012). Analysis of various software process models. *International Journal of Engineering Research and Applications*, 2(3), 2015-2021.
- Munson, S. A., & Consolvo, S. (2012). Exploring goal-setting, rewards, self-monitoring, and sharing to motivate physical activity. In *2012 6th international conference on pervasive computing technologies for healthcare (pervasivehealth) and workshops*, 25-32.
- Myers, B. A. (1995). User interface software tools. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction (TOCHI)*, 2(1), 64-103.
- Newman, M. W., Lauterbach, D., Munson, S. A., Resnick, P., & Morris, M. E. (2011). It's not that I don't have problems, I'm just not putting them on Facebook: challenges and opportunities in using online social networks for health. In *Proceedings of the ACM 2011 conference on Computer supported cooperative work*, 341-350.

- OKR Software for Real Company Results. (2023, June 27). Ανάκτηση από Weekdone: <https://weekdone.com/>
- Ortiz-Ospina, E. (2019). *The rise of social media*. Ανάκτηση από OurWorldInData.org.: 'https://ourworldindata.org/rise-of-social-media'
- Patel, S., & Mitlin, D. (2002). Sharing experiences and changing lives. *Community Development Journal*, 37(2), 125-136.
- Pendry, L. F., & Salvatore, J. (2015). Individual and social benefits of online discussion forums. *Computers in Human Behavior*, 50, 211-220.
- Prescott, J., Hanley, T., & Ujhelyi Gomez, K. (2019). Why do young people use online forums for mental health and emotional support? Benefits and challenges. *British Journal of Guidance & Counselling*, 47(3), 317-327.
- Running, Cycling & Hiking App - Train, Track & Share*. (χ.χ.). Ανάκτηση από Strava: <https://www.strava.com/>
- Son, J., Kim, K. U., Seo, Y. G., Oh, W., Choi, S., & Kang, A. (2014). A research based on the effect of smart phone use on consumption life of teenagers in a smart era. *In Mobile, Ubiquitous, and Intelligent Computing: MUSIC 2013*, 99-104.
- Steffen, V. (1997). Life stories and shared experience. *Social Science & Medicine*, 45(1), 99-111.
- Thamizharasi, R. (2016). Android Mobile Application Build on Android studio. *International Journal of Modern Computer Science (IJMCS)*, 4(1), 1-4.
- The ASICS Runkeeper App*. (2023, January 21). Ανάκτηση από ASICS Runkeeper: <https://runkeeper.com/cms/>
- The Evolution of Social Media: How Did It Begin, and Where Could It Go Next?* (2021, March 3). Ανάκτηση από Online, Maryville: <https://online.maryville.edu/blog/evolution-social-media/>
- Wang, Q., Chen, W., & Liang, Y. (2011). The Effects of Social Media on College Students.

Ye, D., & Pennisi, S. (2022). Analysing interactions in online discussions through social network analysis. *Journal of Computer Assisted Learning*, 38(3), 784-796.

Παραρτήματα

Πίνακας 42: Σενάριο χρήσης - Αφαίρεση φίλου

Τίτλος	Αφαίρεση φίλου
Περιγραφή	Ο χρήστης βρίσκει το άτομο που θέλει να διαγράψει και το αφαιρεί στη λίστα φίλων του
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει συνδεθεί στην εφαρμογή, να έχει δημιουργήσει λογαριασμό, και να έχει επιλέξει την ενότητα "Search " και να έχει προσθέσει το χρήστη στη λίστα φίλων του
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να αφαιρέσει έναν φίλο του
Σενάριο	1. Ο χρήστης πληκτρολογεί το όνομα του φίλου του 2. Επιλέγει τον φίλο του από τη λίστα 3. Πατάει το κουμπί «UNFOLLOW» 4. Εάν η διαγραφή πετύχει εμφανίζεται το μήνυμα «Unfollowed» 5. Πλέον δεν μπορούν και οι δύο να δουν τις δημοσιεύσεις ο ενός του άλλου.

Πίνακας 43: Σενάριο χρήσης - Αλλαγή στόχου

Τίτλος	Αλλαγή στόχου
Περιγραφή	Ο χρήστης θέλει να αλλάξει τον στόχο του
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης, Μοναχικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει συνδεθεί στην εφαρμογή, να έχει δημιουργήσει λογαριασμό, και να έχει επιλέξει την ενότητα "Profile "
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να αλλάξει το στόχο του
Σενάριο	1. Πατάει το κουμπί πάνω δεξιά στην οθόνη Profile 2. Επιλέγει την επιλογή «Change goal» 3. Μεταφέρεται σε νέα σελίδα όπου εισάγει τον καινούριο του στόχο 4. Πατάει το κουμπί «Save»

	5. Πλέον ο νέος στόχος αναγράφεται δίπλα από την εικόνα του στο Profile του
--	---

Πίνακας 44: Σενάριο χρήσης - Εγγραφή

Τίτλος	Εγγραφή
Περιγραφή	Ο χρήστης θέλει να εγγραφεί στην εφαρμογή
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης, Μοναχικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει ανοίξει την εφαρμογή
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να δημιουργήσει νέο λογαριασμό
Σενάριο	- Ο χρήστης επιλέγει την επιλογή «Sign up» - Συμπληρώνει τα πεδία: - Username: εισάγει το όνομα με το οποίο θέλει να εμφανίζεται στην εφαρμογή - Email: εισάγει το email του - Password: εισάγει τον κωδικό που θέλει να έχει - Verify password: επιβεβαιώνει τον κωδικό - Goal: εισάγει τον στόχο του - Πατάει το κουμπί «Create account» - Εμφανίζεται μήνυμα λάθους αν: - ο κωδικός είναι μικρότερος από 8 χαρακτήρες - ο κωδικός επιβεβαίωσης διαφέρει από τον κωδικό - αν το email δεν έχει την απαραίτητη μορφή - Αν όλα έχουν γίνει σωστά εμφανίζεται το μήνυμα «Verification email sent» και ο χρήστης μεταφέρεται στη σελίδα Εισόδου. - Ο χρήστης πρέπει να μεταβεί στο email του και να πατήσει το κουμπί επιβεβαίωσης.

Πίνακας 45: Σενάριο χρήσης – Ξέχασε τον κωδικό του

Τίτλος	Ξέχασε τον κωδικό του
Περιγραφή	Ο χρήστης δεν θυμάται τον κωδικό του για να συνδεθεί στην εφαρμογή
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης, Μοναχικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει ανοίξει την εφαρμογή
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να συνδεθεί στην εφαρμογή αλλά δεν θυμάται τον κωδικό του

Σενάριο	1. Πατάει το κουμπί «Forgot Password» 2. Μεταβαίνει σε νέα σελίδα όπου του ζητείται το email του 3. Ο χρήστης πληκτρολογεί το email και πατάει το κουμπί «Recover» 4. Εμφανίζεται το μήνυμα «Password reset email send successfully» 5. Ο χρήστης μεταβαίνει στα email του και επιλέγει το link που του στάλθηκε από την εφαρμογή 6. Μεταβαίνει σε νέα σελίδα όπου πληκτρολογεί το νέο του κωδικό 7. Πατάει το «Save» και εμφανίζεται το μήνυμα «Password changed»
---------	--

Πίνακας 46: Σενάριο χρήσης - Είσοδος

Τίτλος	Είσοδος
Περιγραφή	Ο χρήστης θέλει να συνδεθεί στην εφαρμογή
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης, Μοναχικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει ανοίξει την εφαρμογή
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να συνδεθεί στην εφαρμογή και να έχει δημιουργήσει λογαριασμό
Σενάριο	1. Αν ο χρήστης δεν διαθέτει λογαριασμό πρέπει να πατήσει το κουμπί «Sign up» και να ακολουθήσει τη διαδικασία όπως εμφανίζεται στο σενάριο χρήσης «Εγγραφή» και να συνεχίσει στο βήμα 3 2. Αν ο χρήστης δεν θυμάται τον κωδικό του εκτελεί το σενάριο χρήσης «Ξέχασε τον κωδικό του» και συνεχίζει στο βήμα 3 3. Ο χρήστης πληκτρολογεί το email και τον κωδικό του στα αντίστοιχα σημεία 4. Πατάει το κουμπί «Log in» 5. Αν τα στοιχεία του χρήστη δεν είναι σωστά εμφανίζεται το μήνυμα «The account doesn't exist». 6. Αν όλα είναι ορθά ο χρήστης οδηγείται στην σελίδα «Home» της εφαρμογής

Πίνακας 47: Σενάριο χρήσης - Αποσύνδεση

Τίτλος	Αποσύνδεση
Περιγραφή	Ο χρήστης θέλει να αποσυνδεθεί από την εφαρμογή
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης, Μοναχικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει λογαριασμό, να έχει συνδεθεί και να έχει μεταβεί στην ενότητα «Profile»
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να αποσυνδεθεί από την εφαρμογή
Σενάριο	1. Πατάει το κουμπί πάνω δεξιά στην οθόνη (menu) 2. Επιλέγει την επιλογή «Log out» 3. Μεταφέρεται στην αρχική σελίδα της εφαρμογής

Πίνακας 48: Σενάριο χρήσης – Σχολιασμός φωτογραφίας

Τίτλος	Σχολιασμός Φωτογραφίας
Περιγραφή	Ο χρήστης θέλει να σχολιάσει μία φωτογραφία
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει λογαριασμό, να έχει συνδεθεί και να έχει μεταβεί στην ενότητα «Home»
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να σχολιάσει μία φωτογραφία είτε δική του είτε άλλου χρήστη
Σενάριο	1. Μεταβαίνει στην φωτογραφία που θέλει να σχολιάσει σέρνοντας το δάχτυλο του στην οθόνη είτε προς τα πάνω είτε προς τα κάτω 2. Πατάει το κουμπί σχολίου 3. Μεταβαίνει σε άλλη σελίδα όπου εμφανίζονται όλα τα σχόλια της φωτογραφίας 4. Πληκτρολογεί το σχόλιο του 5. Πατάει το κουμπί αποστολής 6. Το σχόλιο του εμφανίζεται τελευταίο στη λίστα 7. Στέλνεται ειδοποίηση στο χρήστη που δημοσίευσε τη φωτογραφία ότι «(username) commented your photo» μαζί με το σχόλιο του και την εικόνα που σχολίασε

Πίνακας 49: Σενάριο χρήσης – Αντίδραση φωτογραφίας

Τίτλος	Αντίδραση Φωτογραφίας
Περιγραφή	Ο χρήστης θέλει να αντιδράσει σε μία φωτογραφία
Χρήστης	Ενεργός χρήστης, Παθητικός χρήστης
Προϋπόθεση	Ο χρήστης πρέπει να έχει λογαριασμό, να έχει συνδεθεί και να έχει μεταβεί στην ενότητα «Home»
Επιθυμία	Ο χρήστης θέλει να αντιδράσει σε μία φωτογραφία είτε δική του είτε άλλου χρήστη, για να τον ενθαρρύνει.
Σενάριο	1. Μεταβαίνει στην φωτογραφία που θέλει να αντιδράσει σέρνοντας το δάχτυλο του στην οθόνη είτε προς τα πάνω είτε προς τα κάτω 2. Αν ο χρήστης έχει ήδη αντιδράσει, το κουμπί καρδιά είναι κόκκινο, και αν το πατήσει η καρδιά ραγίζει, γίνεται λευκή και αφαιρείται ένα «Congrats» από τη φωτογραφία. 3. Σε αντίθετη περίπτωση η καρδιά είναι λευκή και ραγισμένη και πατώντας τη γίνεται κόκκινη. Έτσι προστίθεται ένα «Congrats» στη φωτογραφία. • Στέλνεται ειδοποίηση στο χρήστη που ανέβασε τη φωτογραφία « (username) liked your photo» μαζί ε τη φωτογραφία που ανέβασε και την ημερομηνία της ειδοποίησης