

Handelingsmogelijkheden voor volwassenen met ASS bij over-of onderprikkeling

De prikkelmeter

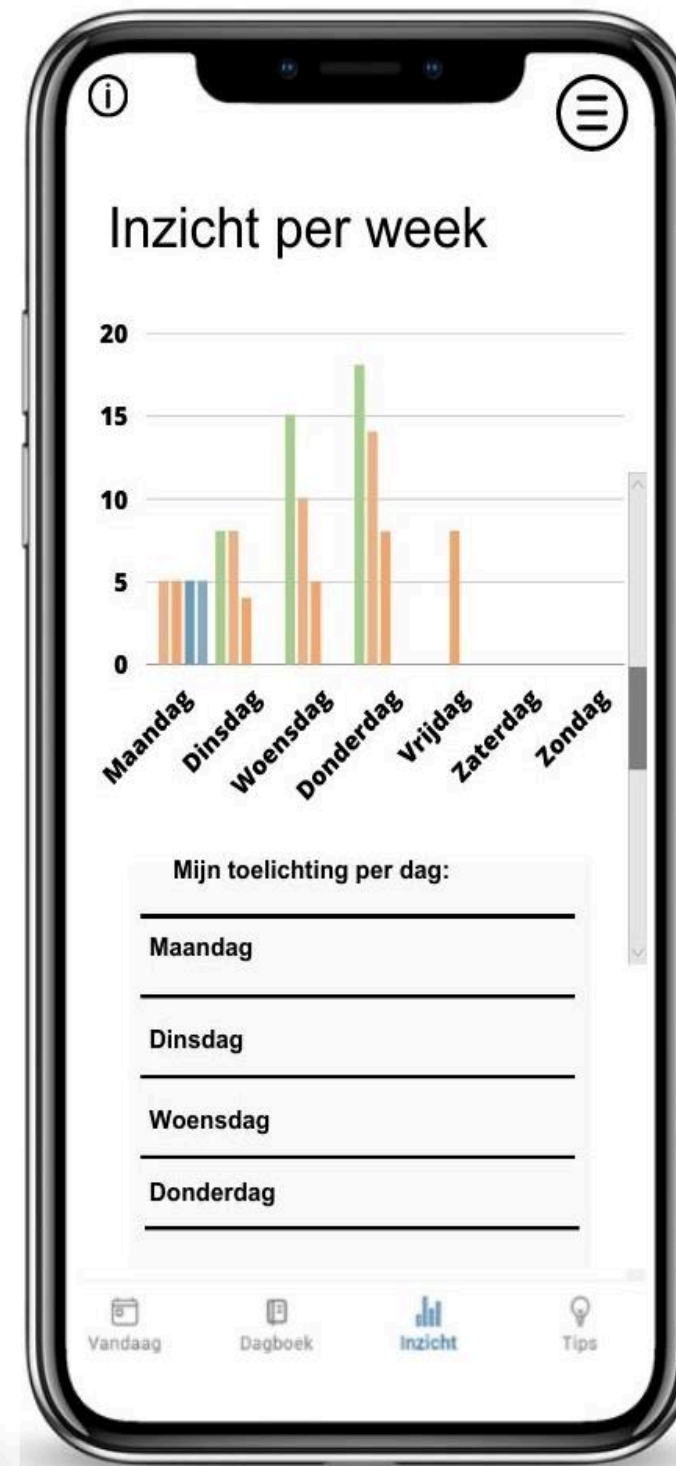
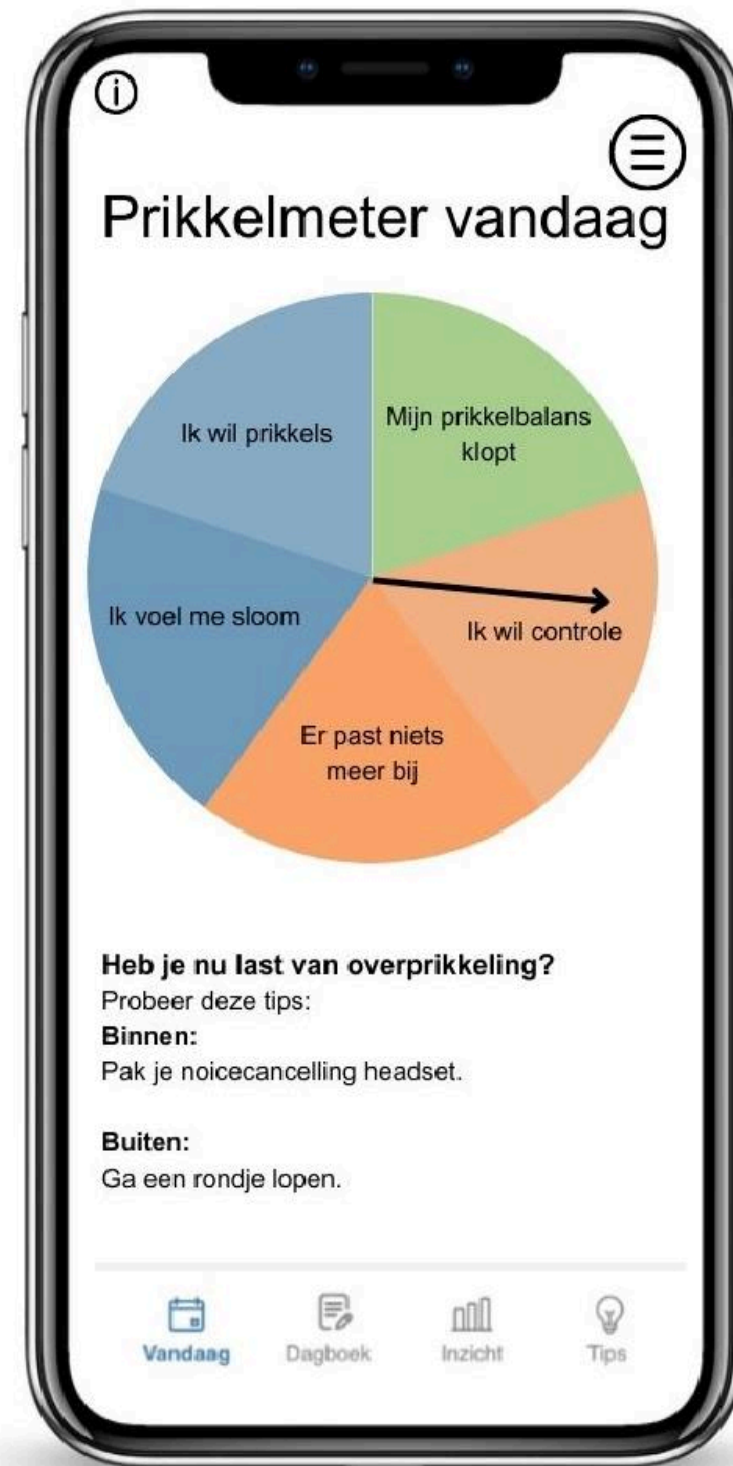
Toepassing:

Volwassen met ASS herkennen vaak over-en onderprikkeling niet zelf. Voor deze doelgroep kan het handig zijn om een app te gebruiken die hier inzicht in geeft en tips geeft hoe te handelen.

Doel:

Door het beantwoorden van vragen wordt data verzameld. Vanuit deze data wordt een analyse gemaakt die inzicht geeft in iemands huidige prikkelniveau.

Zo krijgt men inzicht in prikkelverwerking.



Persuasivedesignelementen:

Reduction:

Simpel genoeg om ook te gebruiken bij overprikkeling maar prikkelt genoeg bij onderprikkeling.

Triggers/reminders:

- De herinneringen zijn zowel de trigger om het 'kunnen' aan te vullen als de reminders dat het ingevuld mag worden.

Self-monitoring:

- Inzichten helpen verkrijgen door feedback met geschiedenis.

Suggestion:

- Tips worden door de gebruiker zelf opstelt voor als de gebruiker het zelf even niet meer weet.

