

**Василенко Олександр,**

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти  
фізико-математичного факультету*

**Постова Світлана,**

*кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри комп'ютерних наук та інформаційних технологій,  
Житомирський державний університет імені Івана Франка,*

*м. Житомир, Україна*

## **АНАЛІЗ ВІДОМИХ ПРОГРАМНИХ ПРОДУКТІВ ДЛЯ БОРОТЬБИ З НІКОТИНОВОЮ ЗАЛЕЖНІСТЮ**

У сучасному світі проблема куріння залишається гострою, завдаючи значної шкоди здоров'ю та добробуту людей. Відмова від цієї шкідливої звички часто є складним викликом, що вимагає підтримки та спеціалізованого підходу. Завдяки технологічному прогресу сьогодні пропонує нові інструменти для допомоги людям, які прагнуть позбутися нікотинової залежності та покращити своє здоров'я. Одним із таких інструментів є мобільні додатки, розроблені для спрощення процесу відмови від куріння.

Ці додатки пропонують користувачам корисні ресурси, інструменти та мотиваційну підтримку, що допомагають долати залежність. Основна їхня мета — сприяти переходу до здорового способу життя. У рамках цього дипломного проєкту передбачено створення мобільного застосунку, який допоможе користувачам подолати труднощі, пов'язані з відмовою від куріння, та надасть необхідну підтримку на кожному етапі цього процесу [1; 2].

Одна з ключових перешкод для тих, хто намагається кинути палити, — відсутність доступних і структурованих методів підтримки. Традиційні підходи, такі як нікотинзамісна терапія чи консультації, не завжди зручні чи доступні для широкого кола людей. Мобільний додаток може стати ефективною альтернативою, пропонуючи персоналізований підхід, постійну доступність і гнучкість у використанні [1; 2].

#### Секція 4. Технології розробки інформаційних систем

Easy quit – цей застосунок, збирає лише певні дані користувача, та показує обмежену не персоналізовану статистику, а також дає користувачу віртуальні нагороди за те що він не палить протягом певного часу.

Реалізовано інтерфейс користувача у вигляді мобільного додатку, інтерфейс якого зображено на рисунку 1.

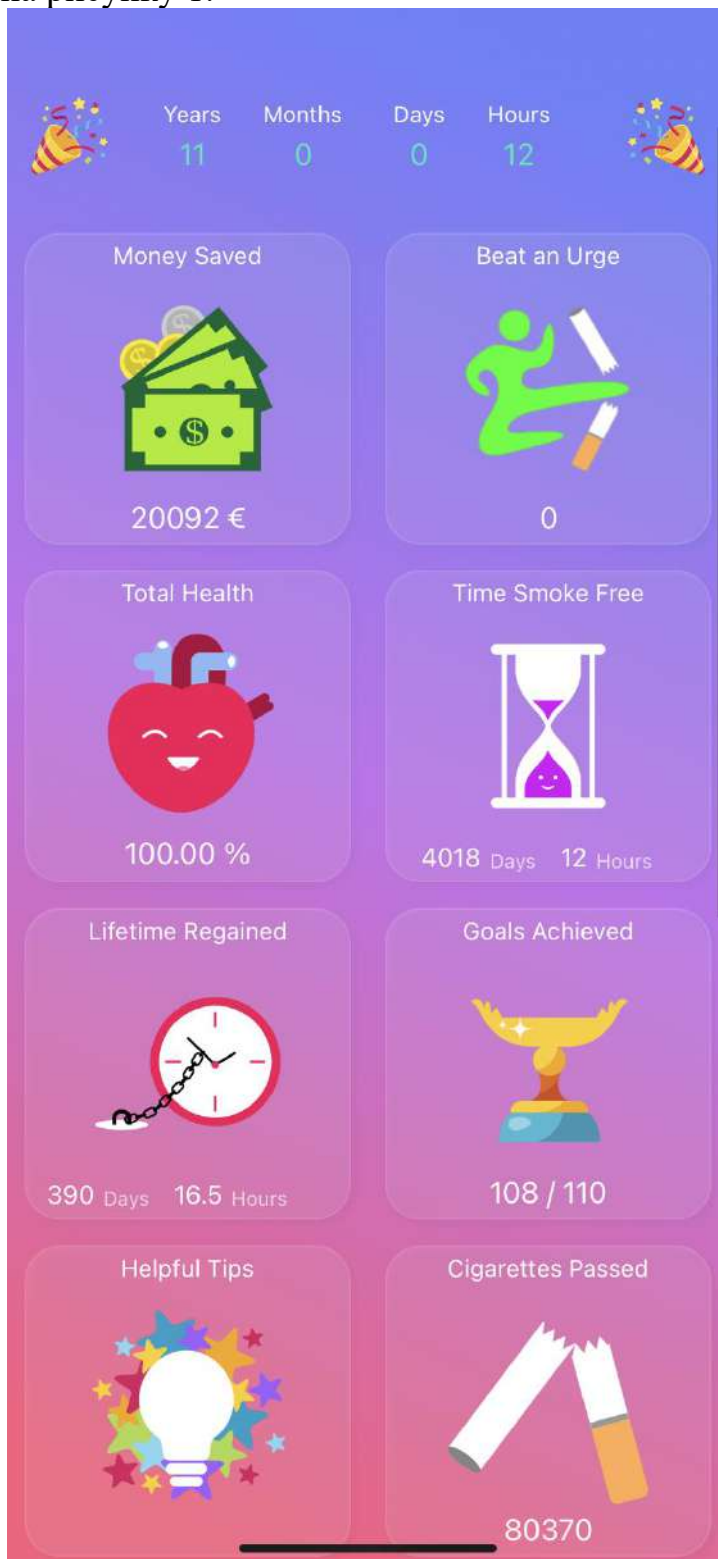


Рис. 1. Інтерфейс користувача застосунку Easy quit

Однією з ключових переваг додатку є наявність системи винагород, яка стимулює користувачів продовжувати свій шлях до повної відмови від куріння.

#### Секція 4. Технології розробки інформаційних систем

Завдяки цьому елементу мотивація зберігається на високому рівні, що сприяє досягненню кращих результатів у боротьбі з ніотиною залежністю. Однак, попри цю важливу перевагу, додаток має кілька суттєвих недоліків, які можуть знижувати його загальну ефективність. Одним із таких недоліків є відсутність функцій збереження та відновлення даних. Це може викликати незручності для користувачів, які прагнуть переносити свій прогрес між пристроями або зберігати досягнуті результати для подальшого використання.

Крім того, додаток обмежується наданням лише загальної статистики, без використання персоналізованого підходу. Це означає, що він не враховує індивідуальні потреби та особливості кожного користувача, що могло б зробити процес відмови від куріння більш ефективним. Ще однією помітною вадою є те, що додаток є платним, що автоматично обмежує доступ до нього для частини потенційної аудиторії, яка шукає доступніші або безкоштовні варіанти підтримки.

Інший додаток, *Quit Smoking Get Healthy*, також спрямований на допомогу в процесі відмови від куріння, однак має свій набір функцій і обмежень. Додаток збирає мінімальну кількість даних про користувача та не забезпечує індивідуалізованих рекомендацій. Основний акцент зроблено на відображенні часу, протягом якого користувач утримується від куріння, а також на демонстрації заощаджених коштів і покращення загальних показників здоров'я. Такий формат дозволяє мотивувати користувача, зосереджуючи його увагу на ключових аспектах, проте відсутність персоналізованих рекомендацій може зменшити ефективність додатку для тих, хто потребує індивідуального підходу та додаткової підтримки.

Інтерфейс додатку, представлений на рисунку 2, створений для того, щоб забезпечити користувачів зручним інструментом для відстеження свого прогресу. У ньому відображаються різні функції та дані, які дозволяють користувачам легко орієнтуватися в основних показниках, що стосуються їхнього здоров'я та економії коштів. Простота та зрозумілість навігації сприяють тому, що користувачі можуть швидко отримати потрібну інформацію та оцінити свої досягнення, що ще більше мотивує їх залишатися на шляху до відмови від куріння.

#### Секція 4. Технології розробки інформаційних систем

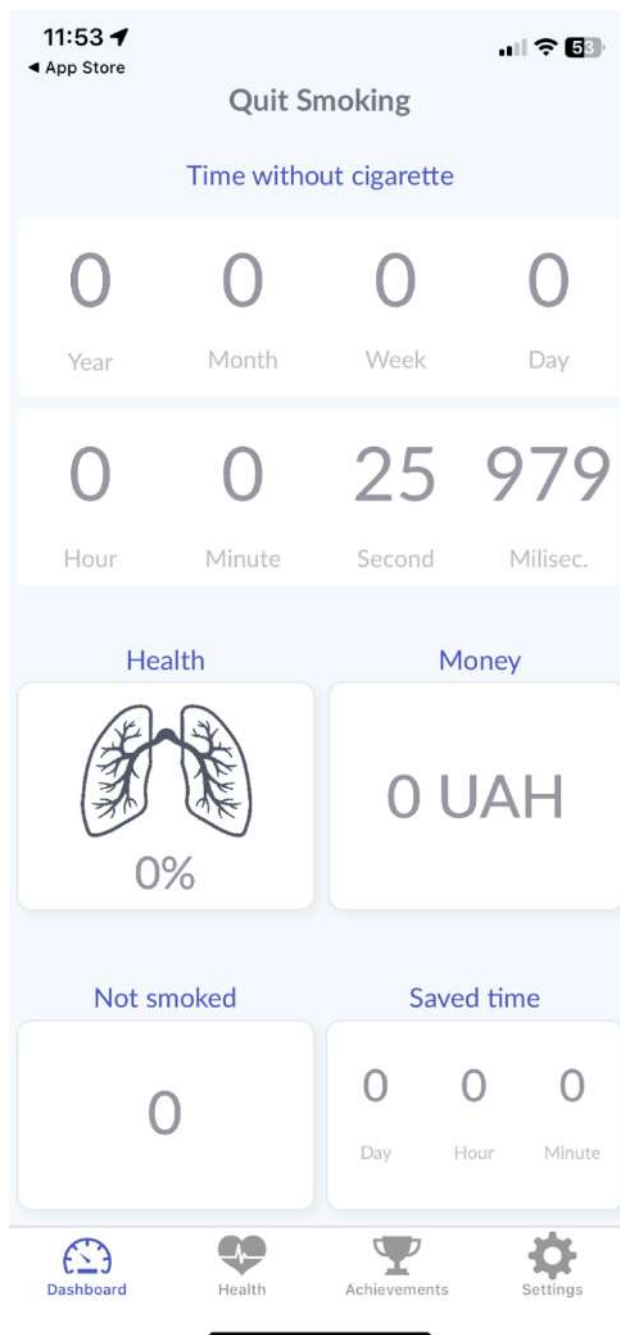


Рис. 2. Інтерфейс користувача в застосунку *Quit smoking get healthy*

Серед ключових переваг цього застосунку варто відзначити впровадження системи винагород, яка сприяє підтриманню мотивації користувачів у процесі відмови від куріння. Завдяки цьому підходу користувачі отримують додатковий стимул для досягнення поставлених цілей, що робить процес боротьби з залежністю більш захопливим та мотивуючим. Окрім того, застосунок надає доступ до загальної статистики, яка дозволяє відстежувати основні показники прогресу. Це допомагає користувачам краще розуміти свої досягнення та вплив змін на їхнє здоров'я.

Втім, застосунок має кілька недоліків, які можуть обмежувати його ефективність:

1. Відсутність функції збереження та відновлення даних. Користувачі не мають можливості зберігати свій прогрес або відновлювати його у разі

#### Секція 4. Технології розробки інформаційних систем

перевстановлення застосунку чи зміни пристрою. Це може викликати незручності, особливо для тих, хто тривалий час працював над досягненням результатів і ризикує втратити всі дані.

2. Загальний характер статистичних даних. Застосунок пропонує універсальну статистику, яка однакова для всіх користувачів і не враховує їхніх індивідуальних потреб чи цілей. Такий підхід обмежує можливість персоналізації досвіду користувача, зменшуючи потенційну мотивацію та не дозволяючи врахувати специфічні обставини чи прогрес кожного.

3. Відсутність персоналізованих рекомендацій. Для багатьох користувачів боротьба з ніотиновою залежністю є складним і тривалим процесом, який потребує не лише мотивації, а й конкретних порад для подолання труднощів. Застосунок не надає індивідуальних рекомендацій, які б допомогли користувачам адаптуватися до викликів, розв'язувати типові проблеми чи коригувати свій підхід до досягнення цілей. Відсутність такої функції може знижувати цінність застосунку для тих, хто шукає більш глибокої підтримки.

4. Можливі обмеження інтерактивності. Хоча система винагород і базова статистика створюють фундамент для залучення користувачів, застосунок бракує інтерактивних елементів, таких як гейміфікація, яка могла б зробити процес використання більш цікавим і залучаючим. Наприклад, додавання інтерактивних челенджів, спільнот або можливості обміну досягненнями між користувачами могло б значно підвищити ефективність застосунку.

Загалом, незважаючи на свої переваги, такі як система винагород і доступ до основної статистики, застосунок має потенціал для подальшого вдосконалення. Додавання функції збереження та відновлення даних, персоналізованих рекомендацій, а також адаптованої статистики для кожного користувача могло б значно розширити його можливості та зробити більш ефективним інструментом для тих, хто прагне позбутися ніотинової залежності.

#### Список використаних джерел та літератури

1. Sharma V., Yadav A. Mobile Health Applications for Chronic Disease Management. *Springer*: веб-сайт. URL: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-030-91707-8> (дата звернення: 29.02.2024)

2. Zeng L., Wang M. Mobile Health (mHealth) Technologies and Global Health. *CRC Press*: веб-сайт. URL: <https://www.crcpress.com/Mobile-Health-mHealth-Technologies-and-Global-Health/Zeng-Wang/p/book/9780367456373> (дата звернення: 29.02.2024)