

01DELxx

Introduzione al corso

Benessere Digitale

Alberto Monge Roffarello

Monica Molino

Anno accademico 2022/2023



Obiettivi

- Conoscere e comprendere le caratteristiche fondamentali legate al benessere digitale da un punto di vista sia ingegneristico-tecnologico sia psicologico-sociale.
- Confrontare e saper utilizzare diverse metodologie per investigare e affrontare problematiche relative al benessere digitale.
- Progettare delle soluzioni per evitare/minimizzare eventuali aspetti negativi legati all'uso dei dispositivi digitali e dei loro servizi online.
- Applicare le conoscenze acquisite in un lavoro progettuale all'interno di un gruppo multi-disciplinare.

Perché un corso sul Benessere Digitale?



Tristan Harris, a former Google Design Ethicist, founder of the Center for Humane Technology (<https://www.humanetech.com/>) and promoter of the documentary “The Social Dilemma”.

Perché un corso sul Benessere Digitale?



<https://www.youtube.com/watch?v=uaaC57tccio>

La nostra attenzione come risorsa



<https://www.youtube.com/watch?v=C74amJRp730>



<https://www.youtube.com/watch?v=D55ctBYF3AY>



Cosa impareremo

Fondamenti sul
Benessere
Digitale (30%)

Definizioni, strategie, problemi e opportunità dal punto di vista psicologico-
sociale e ingegneristico-informatico

Problem
setting (20%)

Cenni sui metodi di needfinding (interviste, ecc.) e relativa analisi dei risultati

Metodi di prototipazione rapida

Progettare
soluzioni per il
Benessere
Digitale (50%)

Parte pratica su un specifico dominio applicativo, costruendo sulle parti
precedenti e partendo dall'esperienza di gruppi di studenti e studentesse

Creazione di una soluzione prototipale per migliorare alcuni aspetti del
benessere digitale

Metodologia

- Metodo di apprendimento
 - tramite progetti → impariamo e sperimentiamo facendo un progetto, in gruppo
 - partendo da un problema → il lavoro progettuale parte da bisogni realistici sia del gruppo che di altre persone
- I progetti saranno realizzati **durante** il semestre, principalmente in aula, con consegne e presentazioni intermedie
- Tali consegne e le relative presentazioni saranno il modo principale di fornire **feedback** sui progetti. *Non* ci saranno valutazioni fino all'esame

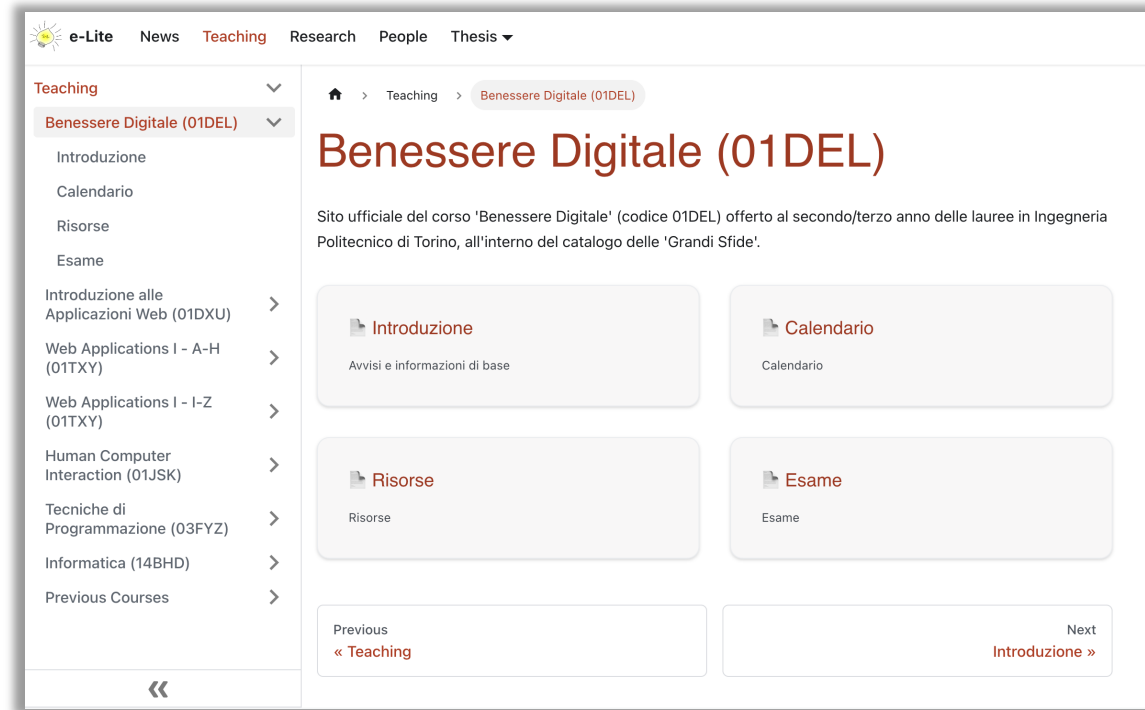
Organizzazione del corso

- 4,5 ore a settimana
- Lezioni
 - Interattive
 - Video-registrate e rese disponibili dopo ogni lezione
- Esercitazioni
 - Dedicare ai lavori di gruppo
 - Per lavorare sul progetto o per presentare le consegne intermedie
 - Non video-registrate

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN
08:30					
10:00					
11:30					
13:00					Aula 27B
14:30					
16:00		Aula 27B			
17:30		Aula 27B			

Materiale

- Sito web del corso
 - <http://bit.ly/polito-benesseredigitale>
 - Slide, link, ...
 - Calendario delle lezioni/esercitazioni
 - Template per le consegne e scadenze
- Video-registrazioni (solo per le lezioni)
 - Portale della Didattica
- Google Drive
 - Ogni gruppo avrà una cartella condivisa per le consegne





Comunicazioni

- Useremo Telegram per tutte le comunicazioni
 - tra studentesse e studenti, con il gruppo di docenti, ecc.
- Link per entrare nel gruppo «Benessere Digitale 2023»:
<https://t.me/+wz2h2oVQAIrIMDIk>
- Annunci e informazioni ufficiali in **#Comunicazioni**
- Potete ricevere suggerimenti e fare domande nel canale **#Q&A**
- Come supporto per formare i gruppi tra di voi potete usare il canale **#Ricerca gruppo**

Orario di ricevimento

▪ Perché?

- Un'opportunità per discutere eventuali bisogni o problemi
- Per chiarire informazioni o fare domande sul corso
- Per sapere di più su certi argomenti
- ...

▪ Quando?

- Nelle pause o dopo le ore di lezione
- Su richiesta, in persona o da remoto, anticipando tema o domanda su Telegram

Esame

1. Valutazione dei progetti realizzati in gruppo
 - Consegne (intermedie e finali)
 2. Discussione orale
 - Sul lavoro progettuale
 - Possibili domande sugli altri aspetti di teoria
- L'esame sarà **in presenza**
 - I progetti di gruppo verranno mantenuti fino alla prossima edizione del corso
 - cioè fino alla fine della sessione di esami di Gennaio/Febbraio 2024

Cos'è il "progetto"?

- Prototipo interattivo di una soluzione per migliorare il "benessere digitale" di un insieme di persone in un contesto specifico
 - scelto dal gruppo
 - costruito passo-passo durante il corso
 - partendo da un contesto analizzato durante le ore di lezione e da uno o più bisogni estratti durante il lavoro progettuale
 - fondato e motivato dagli aspetti teorici (informatici e psicologici) presentati nel corso
- Sviluppato *prevalentemente* durante le ore in aula
 - con il supporto e la guida delle/dei docenti

Criteri di valutazione dei progetti

- Impegno investito nelle attività progettuali
- Originalità e adeguatezza teorica della soluzione proposta
- Correttezza metodologica
- Completezza e qualità comunicativa delle consegne
- Contributo individuale
- Capacità di presentare il progetto e rispondere alle domande durante la discussione orale

Sviluppo del progetto: consegne

- 3 consegne intermedie
- 1 consegna finale
- Ogni consegna intermedia
 - corrisponderà al completamento di qualche passo progettuale
 - prevedrà una presentazione del lavoro svolto in aula
 - riceverà un feedback per migliorare e orientare i passi progettuali successivi
 - sarà valutata all'esame (*non prima*)
- La consegna finale sarà *7 giorni* prima della data dell'esame
- Tutte le scadenze saranno comunque indicate *per tempo* sul sito del corso

Consegne intermedie (previste)

- *Consegna 1*: Settimana 4
 - Definizione dell'ambito scelto e journey map
- *Consegna 2*: Settimana 9
 - Needfinding
- *Consegna 3*: Settimana 12
 - Prototipo iniziale della soluzione
- *Consegna 4*: 7 giorni prima dell'esame
 - Prototipo finale della soluzione

Composizione dei gruppi

- Gruppi da 8-9 persone per gruppo
 - è responsabilità delle studentesse e degli studenti formare i gruppi
 - i gruppi dovrebbero essere i più multidisciplinari possibile
 - i/le docenti possono aiutare a formare i gruppi e a risolvere eventuali problemi
- Per formare i gruppi
 - usare Telegram (canale *#Ricerca gruppo*) e/o le ore in aula
- I gruppi devono rimanere fissi durante l'intero semestre
- Inviare la composizione dei gruppi **entro il 27 Marzo 2023** (a fine giornata)
 - <https://forms.gle/3sgPT7JjM7hb1CF1A>

Discussione orale

- Ogni gruppo presenterà il proprio progetto tramite:
 - una breve *introduzione* al progetto, evidenziando le fondamenta teoriche alla sua base
 - una dimostrazione del prototipo finale, mostrando le caratteristiche salienti e i vantaggi/svantaggi della soluzione adottata
- Seguiranno domande sul progetto appena mostrato e su argomenti svolti nel corso non coperti dalle consegne e dal lavoro progettuale
- Non c'è bisogno di entrare troppo nel dettaglio delle consegne intermedie, in quanto saranno già state lette e riviste

Domande?

Suggerimenti per lavorare efficacemente in gruppo

Lavorare in gruppo?

- Nel corso dovrete formare gruppi fissi da 8-9 persone...
- ... il più multi-disciplinari possibile
- ... evitando di avere solo 2-3 persone che lavorano 😞

- 10 (+1) suggerimenti per lavorare in gruppo
- Ispirati da quelli del corso "Building Virtual Worlds" di Randy Paush (1998)
 - <https://www.cs.cmu.edu/~pausch/Randy/tipoForGroups.html>

1. Presentatevi a modo

- Tutto inizia con il presentarsi.
- Poi, scambiatevi le informazioni per contattarvi ("life happens"): numero di telefono, nickname su Telegram, o...
- Decidete dove sentirvi/scrivervi per sincronizzarvi sul lavoro: Telegram? Discord? ...
 - Sceglietene uno e rimanete "coerenti"
- Scambiatevi i vostri orari: quando siete disponibili per lavorare sul corso? Quando non è accettabile che altre persone vi scrivano o che voi scriviate a loro?

2. Conoscetevi un po'

- Tipicamente è sempre possibile trovare qualcosa in comune con un'altra persona: uno sport? Un piatto? Una regione? ...?
- Se c'è un po' di conoscenza reciproca, è più facile poi capire approcci diversi e superare eventuali ostacoli/problemi.
 - *E sì, ci saranno prima o poi.*

3. Rendete piacevole incontrarsi

- Se e quando dovrete incontrarvi o sentirvi al di fuori delle ore di lezione, rendete il "luogo" di incontro il più accogliente possibile.
- Avete abbastanza spazio per lavorare? C'è il giusto silenzio/rumore? La connessione è abbastanza stabile? Siete non troppo stanchi, affamati o stressati?
- Cercate di avere momenti per "ricaricarvi" (individualmente o come gruppo): il lavoro sul progetto può ben aspettare qualche ora/un giorno, di tanto in tanto.

4. Ognuno deve poter parlare

- Tutti i membri del gruppo devono poter parlare, durante gli incontri. Anche se si sta per dire una stupidaggine. Come nel resto del corso, non esistono "domande stupide".
- Non interrompete l'altra persona e non finite le loro frasi: possono farlo da soli/e.
- Ricordate: parlare più forte o più velocemente non rende un'idea migliore.

5. Lasciate il vostro ego alla porta

- Quando discutete delle idee, scrivetele da qualche parte e dategli un'etichetta.
- L'etichetta deve descrivere l'idea, non chi l'ha proposta. Non "possiamo fare come dice *Marta*" ma "possiamo fare *questo*".
 - perché *questo* ha senso ed è ben motivato, non perché lo dice (o non lo dice) una persona in particolare.

6. Siate gentili

- Anche una pessima idea ha un fondo di bontà. Un comportamento strano o negativo può avere una motivazione ragionevole.
- Cercate di capire se qualcosa non va, separando quello che funziona da quello che non va. Siate trasparenti e gentili, per iniziare.

7. Mettetelo per iscritto

- Scrivete sempre chi è responsabile per cosa ed entro quando qualcosa deve essere fatto. Siate concreti e corretti.
- Quando scrivete qualche messaggio (chat, mail, ...) assicuratevi di avere l'intero gruppo sempre nella conversazione.
- Non fate supposizioni su cosa venga comunicato a chi o cosa un componente del gruppo voglia/non voglia sentire.

8. Siate onesti e trasparenti

- Se c'è un problema, parlate con gli altri membri del gruppo. Parlate con noi (docenti) se pensate di aver bisogno di una mano.
- Una delle idee alla base di questo corso è che è utile ma sfidante lavorare in gruppi con competenze e attitudini diverse.
- Discutiamo dei problemi appena sorgono, non facciamoli diventare enormi prima di fare qualcosa.
- Siate indulgenti quando qualcuno commette un errore, ma non abbiate timore di evidenziare un problema quando emerge.

9. Evitate conflitti a tutti i costi

- Quando c'è una situazione stressante o i toni si accendono, fate una pausa. Chiaritevi le idee, scusatevi, e riprendete a lavorare insieme.
- L'obiettivo è, appunto, lavorare insieme, non far battaglia su chi ha sbagliato di più.
- Ci vogliono due persone per far nascere una discussione, siate quindi i "pacificatori".

10. Presentate delle alternative come domande

- Invece di dire "Penso che dovremmo fare *questo*, non *quello*", provate con "Cosa ne dite se facciamo *questo*, invece di *quello*?"
- Permettete alle altre persone di esprimere le loro opinioni, invece di difendere le proprie scelte.

11. Non fatevi problemi a chiedere

- Quando tutto il resto non funziona, chiedete aiuto ai docenti.
- Noi siamo qui per aiutarvi a portare a termine il corso nel migliore dei modi possibile.

Licenza

- Queste slide sono distribuite con licenza Creative Commons “**Attribuzione - Non commerciale - Condividi allo stesso modo 4.0 Internazionale (CC BY-NC-SA 4.0)**”
- **Tu sei libero di:**
 - **Condividere** — riprodurre, distribuire, comunicare al pubblico, esporre in pubblico, rappresentare, eseguire e recitare questo materiale con qualsiasi mezzo e formato
 - **Modificare** — remixare, trasformare il materiale e basarti su di esso per le tue opere
 - Il licenziante non può revocare questi diritti fintanto che tu rispetti i termini della licenza.
- **Alle seguenti condizioni:**
 - **Attribuzione** — Devi riconoscere una menzione di paternità adeguata, fornire un link alla licenza e indicare se sono state effettuate delle modifiche. Puoi fare ciò in qualsiasi maniera ragionevole possibile, ma non con modalità tali da suggerire che il licenziante avalli te o il tuo utilizzo del materiale.
 - **NonCommerciale** — Non puoi utilizzare il materiale per scopi commerciali.
 - **StessaLicenza** — Se remixi, trasformi il materiale o ti basi su di esso, devi distribuire i tuoi contributi con la stessa licenza del materiale originario.
 - **Divieto di restrizioni aggiuntive** — Non puoi applicare termini legali o misure tecnologiche che impongano ad altri soggetti dei vincoli giuridici su quanto la licenza consente loro di fare.
- <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

