

## **1. Descrição das tarefas**

1. Você se sente ansioso e com a cabeça cheia e quer dar uma olhada nas suas anotações antigas. Busque a aba de diário e clique em uma das páginas.
2. Você está perdido com seus horários e isso está te deixando ansioso. Busque a aba de Rotina e clique na sua próxima tarefa do dia para ver mais detalhes.
3. Seu dia está bem agitado e você só quer um tempo para relaxar a cabeça. Entre na aba de Meditação, selecione um áudio e comece a meditar.
4. Você quer ver seu progresso desde que baixou seu aplicativo. Acesse a aba de Conquistas e veja quantas conquistas você concluiu até o momento.
5. Você está se sentindo muito distraído pelas notificações do seu celular e precisa se concentrar. Ative o Modo Foco para não receber mais notificações.

## **2. Questionário para coleta de dados demográficos**

<https://forms.gle/pMpH1ezqbbRAi837A>

## **3. Questionário para coletar informações sobre satisfação do usuário**

<https://forms.gle/HEgXvzYSdrbKf5r16>

## **4. Questionário para nível de dificuldade na realização das tarefas**

<https://forms.gle/NnHF2BHABTT8MvvV9>

## **5. Planejamento para gravação dos testes**

Os usuários utilizarão o método de teste com compartilhamento de tela utilizando o aplicativo chamado Discord. Será dado um roteiro para melhor visualização do funcionamento e realização das tarefas pré definidas.

## **6. Formulário com termo de consentimento**

### **Termo de consentimento:**

Afirmo que sou maior de 18 anos e desejo participar do estudo de usabilidade do aplicativo ZenLife. Todas as informações coletadas neste estudo são confidenciais, e meu nome não será identificado em momento algum. Estou ciente que posso fazer perguntas ou desistir da colaboração em qualquer momento, sem qualquer tipo de penalidade.

---

Assinatura do Participante