



PUC Minas

TRABALHO INTERDISCIPLINAR: APLICAÇÕES WEB

Instituto de Ciências Exatas e Informática (ICEI)

Descrição do Problema

A falta de planejamento e a procrastinação são questões que afligem uma parcela significativa da sociedade, desde pessoas muito atarefadas, que tem pouco tempo para realizar uma série de atividades, até aqueles que tem tempo suficiente para fazer o que precisam, mas acabam deixando de se organizar e procrastinando. São diversos os contextos em que tal falta de organização pode trazer problemas, como estudantes que tem que realizar diversas tarefas avaliadas, trabalhadores que precisam atender a prazos de entrega de produtos ou que precisam realizar atendimentos com horário marcado. Em resumo, é um problema que aflige muitas pessoas e nem sempre é tão simples mudar tais hábitos.

Fale da dor que o grupo busca resolver, as pessoas que sofrem dessa dor e um pouco do contexto em que o problema acontece.

Membros da Equipe

Bernardo Marques Fernandes
Carolina Morais Nigri
Gabriel Praes Bernardes Nunes
Igor Vilela Nunes da Rocha Godinho
Ivan Pereira Reis Nascimento
Joao Paulo Leao Matos
Saulo de Moura Zandona Freitas

Liste todos os integrantes da equipe.

Documento criado pelo grupo de professores da disciplina de Trabalho Interdisciplinar: Aplicações Web dos cursos de Sistemas de Informação, Engenharia de Software e Ciência da Computação do Instituto de Ciências Exatas e Informática (ICEI) da PUC Minas com o objetivo de orientar o processo de concepção de projetos baseado nas técnicas de Design Thinking. Versão 1.0 (setembro-2021). Diversos artefatos desse processo se baseiam no material cedido pela [Design Thinkers Group](#).

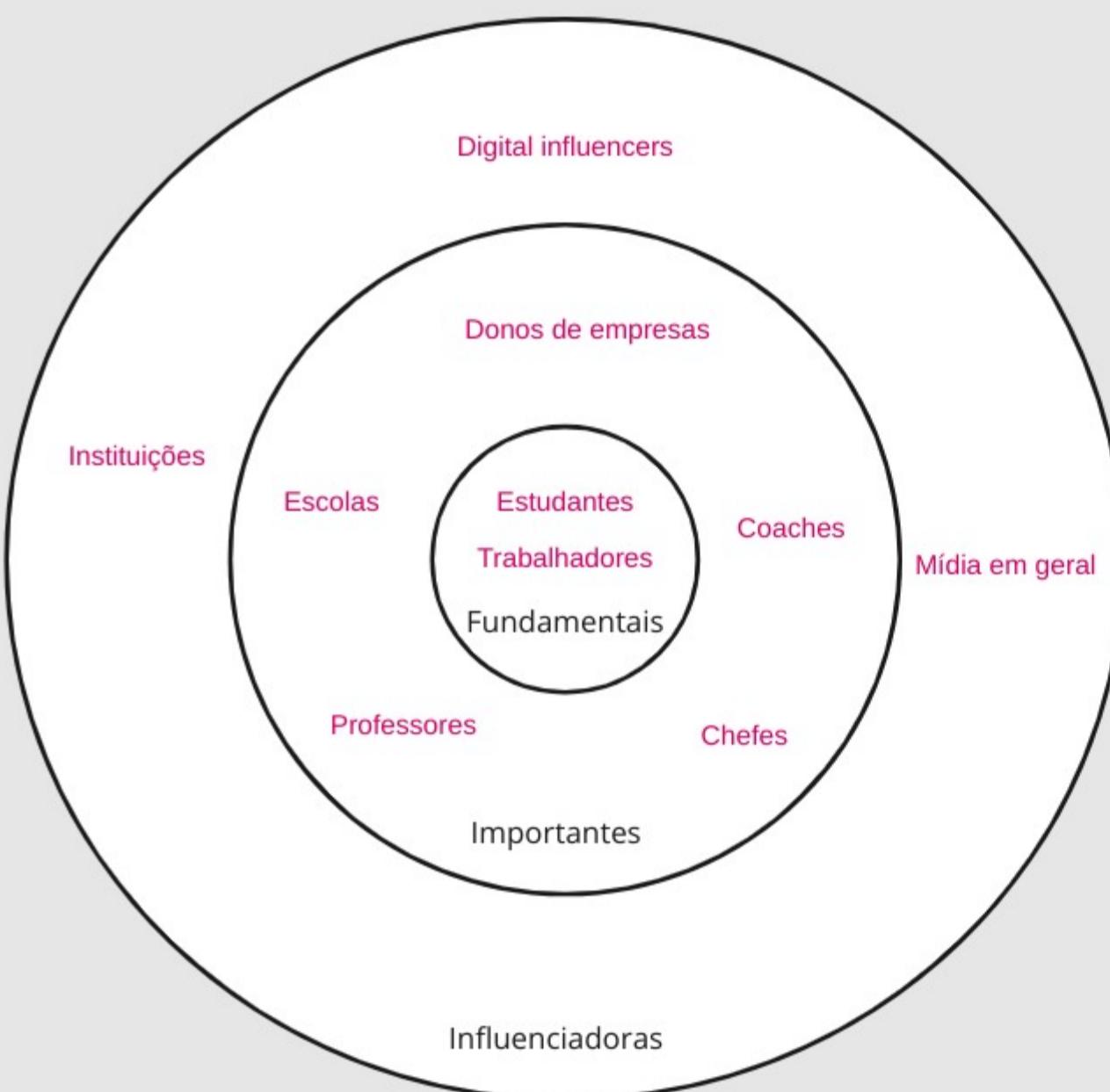
Este trabalho é licenciado sob a licença Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported License. Uma cópia da licença pode ser vista em <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>



Matriz de Alinhamento CSD

Dúvidas	Certezas	Suposições
<p>O que anda não sabemos sobre o problema</p> <ul style="list-style-type: none"> Como a pessoa faria para mudar a postura? Será que a pessoa conseguaria mudar sozinha? Será que a pessoa conseguiria manter a rotina organizada? Será que é realmente necessário tomar remédios para ajudar a focar e se organizar? Só as pessoas muito atarefadas têm esse problema? Por que as pessoas procrastinam? Seria uma perda de tempo dedicar um tempo para se organizar? Existe uma solução eficiente? Até que ponto uma pessoa está disposta a buscar uma solução? 	<p>O que já sabemos</p> <ul style="list-style-type: none"> Atrapalha a vida de muitas pessoas A pessoa deve estar disposta a mudar Influencia muito a vida da pessoa Qualquer pessoa pode se organizar Pode causar grandes prejuízos na vida pessoal e financeira de um indivíduo Não é fácil "tratar" desse problema 	<p>O que achamos, mas não temos certezas</p> <ul style="list-style-type: none"> Ter um cronograma ajudaria as pessoas Se a pessoa tirar os distratores, ela terá mais foco É um problema muito conhecido O celular é sempre um distrator Se uma pessoa é bem-sucedida é porque adotou maneiras de ser mais produtiva e reduzir a procrastinação Procrastinação é causada em grande parte por falta de gerenciamento de tempo Como a motivação é algo que varia em altos e baixos também afeta produtividade e gera procrastinação

Mapa de Stakeholders



Pessoas Fundamentais

Principais envolvidos no problema e representam os potenciais usuários de uma possível solução.
Ex do Uber: motoristas e passageiros

Pessoas Importantes

Pessoas que ajudam ou dificultam o desenvolvimento e uso da solução e que devem ser consideradas
Ex do Uber: taxistas, gov. locais, loja AppStore

Pessoas Influenciadoras

Pessoas ou entidades que devem ser consultadas para avaliar aspectos relevantes no ciclo de vida da solução.
Ex do Uber: Reguladores setor de transporte, opinião pública

Persona / Mapa de Empatia

PERSONA



NAME João Gabriel

IDADE 19 anos

Hobby Jogar vídeo-games

TRABALHO Universitário (1º período de Ciência da Computação)

PERSONAL PROFILE

- Preguiçoso
- Despreocupado
- Desorganizado

SOMHOS

- Conhecer seu ídolo
- Desenvolver jogos

OBJETOS E LUGARES

(Anel de futebol, celular, computador, consolas para jogos, entre outros)

- Objetos - celular, computador e consoles para jogar
- Lugar - Mora com os pais, perto da faculdade

OBJETIVO CHAVE

(Objetivo de maior interesse dessa pessoa é conseguir ser mais proativo e organizado)

- O objetivo chave dessa pessoa é conseguir ser mais proativo
- Procrastina muito e tem dificuldade de se organizar por falta de motivação

MAPA DE EMPATIA

Cliente:

João Gabriel



Não tem perspectiva de futuro, sente a necessidade de mudar isso. Seu círculo de amizades não traz bons incentivos e o leva só a objetivos de prazer momentâneo sem pensar a longo prazo.

- Que deveria se organizar mais, estudar direito
- Amigos - chamam para jogar quando está estudando

Mercado muito atrativo, precisa de mudar sua postura e ser mais proativo para conseguir um bom emprego.

- Não se organiza, procrastina muito
- Dedica pouco aos estudos e foca muito no lazer

Falta de organização, procrastinação, falta de foco

Boas notas, bom aprendizado

Gamificação

Persona / Mapa de Empatia



PERSONA

NOME Rafaela

IDADE 25 anos

Hobby Ler e estudar línguas

- TRABALHO**
- Universitária (8º período de Psicologia)
 - Estágio em Psicologia

PERSONAL PROFILE

- Organizada
- Tem iniciativa
- Dedicada
- Independente

SONHOS

- Morar fora do país
- Ter uma vida tranquila e um bom emprego

OBJETOS E LUGARES

Livros, celular, computador, estudo, pessoas que trabalham, ambiente de trabalho.

- Objetos - livros, para lazer e estudo / celular e computador para fazer atendimentos
- Lugar - Mora sozinha, longe da faculdade

INJETIVOS CHAVE

Orientação no objetivo de chegar ao ponto de atender e atingir o cliente de forma eficiente e eficaz.

- Tem dificuldade de se organizar devido à falta de tempo

COMO DEVERMOS TRATÁ-LA

De forma simples e sucinta. De forma direta e objetivamente dar diretrizes para ação.

MAPA DE EMPATIA

Cliente:

Rafaela

Sente a necessidade de ajudar seus pacientes, se preocupa com a qualidade de seus relacionamentos pessoais e amizades. Com a possibilidade de atender pessoas de forma remota pela internet ela pode trabalhar de qualquer lugar, mas se preocupa se isso não irá afetar para um contato mais humano.

- Família - que é importante estudar e se preocupar em ter uma boa formação profissional

Mercado de trabalho competitivo, convive em ambiente amigável mas é necessário ter muito profissionalismo para conquistar os clientes/pacientes.

- Se esforça para cumprir com suas metas e objetivos
- Diz que quer ter uma carreira bem sucedida

*Falta de tempo, falta de sono, se cobra muito

Conseguir manter uma rotina organizada, mais saudável

Entrevista Qualitativa

Pergunta	O que você pensa sobre organização e planejamento pessoal? E procrastinação?	Pergunta	Você realiza muitas tarefas, como trabalhar, estudar ou atividades extracurriculares?
Resposta			Resposta
Eu penso que tanto o planejamento pessoal como a organização são muito importantes e que ajudam a evitar algumas situações como: esquecer um compromisso, perder um objeto, ficar mais "apertado" nos estudos porque não organizou um tempo que foi suficiente, etc. Eu considero a procrastinação um grande problema que frequentemente me atrapalha em diversos cenários. Não consigo encontrar um benefício da procrastinação e, embora eu ache que o planejamento e a organização podem ajudar a combater os impactos dessa procrastinação, em contrapartida eu penso que a procrastinação dificulta a começar a organizar algo ou cumprir os planejamentos já feitos.			Eu estudo bastante e não faço uma atividade extracurricular.
Pergunta	Você consegue fazer tudo ou parte significativa do que tem que ou quer fazer na sua rotina?		
Resposta			Resposta
Depende muito, mas na maioria das vezes de que me lembro, eu poderia dizer que não consigo fazer tudo, normalmente ou eu consigo fazer parte significativa do que tenho que fazer na minha rotina ou abaixo do que eu gostaria no tempo que eu planejei. Isso me faz gastar um pouco mais tempo do que o planejado para fazer tudo.			Tenho o costume de me planejar, mas não sou tão organizada e nem sempre consigo cumprir os planejamentos que eu faço. Por fazer os planejamentos, mas muitas vezes não conseguir cumprí-los completamente ou do modo como eu gostaria, eu tenho a sensação negativa de frustração ou decepção, além de algumas vezes ansiedade. Assim, algumas vezes quando vou planejar já coloco no planejamento uma janela de tempo reserva, a qual eu posso utilizar caso não tenha conseguido cumprir o planejado do dia anterior. Posso dizer que a falta do hábito de organizar me afeta esquecendo ou perdendo compromissos ou objetos, o que acaba levando a um sentimento de raiva e ansiedade.
Pergunta	Se é organizado: Quais estratégias você utiliza pra se planejar? Se não é organizado: Você tem vontade de mudar esse aspecto na sua vida?	Pergunta	Fazendo ou não um planejamento, você consegue sempre cumprir com ele/com as tarefas a fazer ou acaba procrastinando? O que te leva a (ou não) procrastinar?
Resposta			Resposta
Sim, eu tenho a vontade de mudar essa falta de hábito de organização na minha vida.			Acabo procrastinando na maioria, então fico bem feliz quando consigo adiantar uma matéria além do que eu planejava. Sendo sincera não sei exatamente "o que me leva a procrastinar". Em algumas situações eu percebi que a ansiedade e o excesso de preocupação me faziam procrastinar, não me pergunte o sentido disso porque eu também não sei, mas quando eu me preocupava muito com alguma tarefa, eu ficava um bom tempo repensando qual seria a melhor maneira de eu fazer aquela tarefa no tempo que eu tinha, sem realmente fazer a tarefa. Na maioria dos meus planejamentos que deram certo, eu usava a frase "Só faz", não adianta eu ficar horas pensando em como eu posso melhorar o meu planejamento para ganhar mais tempo se eu nunca começar a atividade.

Highlights de Pesquisa

Nome	Letícia	Data	31/03/2022	Local	PUC
O que os participantes falaram ou fizeram que surprendeou, ou falas mais significativas.			Aspectos que importaram mais para os participantes		
• Às vezes, pensar demais em como fazer suas tarefas e tentar se planejar muito pode levar a um gasto de tempo e de energia que leva a pessoa a procrastinar ainda mais			• Considera planejamento e organização como importantes • Tem vontade de mudar esse hábito de não se organizar tanto		
Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista			Novos tópicos ou questões para explorar no futuro		
• A preocupação e a ansiedade podem levar as pessoas a procrastinar • Planejamento pode ajudar a diminuir a procrastinação, mas quando se tem o costume de procrastinar, é difícil começar a fazer planejamentos			• Uma forma de se lidar com a procrastinação pode ser reservar um tempo no dia para fazer tarefas que não conseguiu cumprir no dia anterior		

Entrevista Qualitativa

Pergunta	O que você pensa sobre organização e planejamento pessoal? E procrastinação?	Pergunta	Você realiza muitas tarefas, como trabalhar, estudar ou atividades extracurriculares?
Resposta			Resposta
Importante, a organização e o planejamento ajudam a definir melhor as metas e os caminhos a serem traçados para atingi-las. Sobre procrastinação, acho que afeta muito os jovens. Por causa do fácil acesso a informação e costume de obter resultados rápidos, atualmente tarefas que demandam um maior esforço acabam por serem vistas como de difícil execução e são facilmente abandonadas.			Apenas estudo mas estou procurando estágio.
Pergunta	Você consegue fazer tudo ou parte significativa do que tem que ou quer fazer na sua rotina?		
Resposta			Resposta
Na maioria das vezes sim.			Sim, obtenho melhores resultados devido ao meu planejamento.
Pergunta	Se é organizado: Quais estratégias você utiliza pra se planejar? Se não é organizado: Você tem vontade de mudar esse aspecto na sua vida?		
Resposta			Resposta
Para me planejar costumo criar listas, alarmes, anotar no calendário			Sim, planejar ajuda a evitar a procrastinação.

Highlights de Pesquisa

Nome	Sarah	Data	31/03/2022	Local	Fumec
O que os participantes falaram ou fizeram que surpreendeu, ou falas mais significativas.			Aspectos que importaram mais para os participantes		
Falta de costume de se esforçar pode ser uma das causas da procrastinação.			Se manter organizado ajuda a definir metas e alcançá-las.		
Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista			Novos tópicos ou questões para explorar no futuro		
Foram apresentadas maneiras de se planejar e evitar a procrastinação.			Evitar que haja o hábito de procrastinar antes de desenvolvê-lo.		

Entrevista Qualitativa

Pergunta

O que você pensa sobre organização e planejamento pessoal?
E procrastinação?

Pergunta

Você realiza muitas tarefas, como trabalhar, estudar ou atividades extracurriculares?

Resposta

Eu penso que a organização e o planejamento pessoal são muito importantes, principalmente na vida de quem tem muitas tarefas, porque quem tem o tempo todo livre pra ela pode fazer o que precisa em qualquer horário. Mas quando tem muita coisa pra fazer, se a gente não organizar, fazer um planejamento, seja diário, mensal ou semanal, não consegue fazer tudo. Precisamos seguir algumas regras de horário, alguns planejamentos, algumas metas diárias, eu penso que isso é muito importante. E a procrastinação não anda lado a lado do planejamento. Planejamos as coisas, só que não se planeja a procrastinação, ela vem no meio e acaba que é uma coisa que não temos como fugir, porque tem dias que estamos bem ou não, que acontece algum imprevisto e não conseguimos render tanto quanto nosso planejamento visava. Então é algo que precisamos equilibrar bem, planejar muito bem e arrumar uma maneira de remanejar os compromissos e as tarefas desses dias em que procrastinamos pra outros dias. Senão você não consegue, o que tinha que fazer naquele dia você não faz e aquilo vai acumulando, não dá sequência nos outros dias e fica complicado.

Pergunta

Você consegue fazer tudo ou parte significativa do que tem que ou quer fazer na sua rotina?

Resposta

Minha rotina costuma variar muito, porque cada dia eu preciso planejar de uma forma, por exemplo, tem dia que eu estudo 8 horas, mas tem dia que eu estudo 3 horas, então varia muito. E eu tenho que considerar meu cansaço também, porque não adianta eu planejar estudar 8 horas se eu não estou descansada o suficiente pra isso, por isso eu tenho que fazer essas adaptações na minha rotina. Mas de forma geral, eu acredito que eu faço boa parte dela, só que poderia estar fazendo melhor, porque tenho um problema que é a questão do sono. Eu durmo muito tarde e é difícil de mudar por eu estar acostumada com isso, então hoje em dia esse é meu maior problema. Não consigo cumprir todas as minhas metas por isso, o horário que eu durmo não é o que eu deveria e fica complicado cumprir tudo. Mas acredito que se eu dormisse de uma forma adequada, eu conseguiria sim cumprir com todos os meus objetivos e planejamentos, porque se eu impus alguma coisa pra fazer naquele dia, eu preciso terminar aquilo naquele dia, mas o cansaço tem me feito abrir mão disso e às vezes eu preciso estudar, só que eu simplesmente não consigo porque meu cérebro não raciocina mais então eu sei também que preciso ter um tempo pra descansar.

Pergunta

Se é organizado: Quais estratégias você utiliza pra se planejar?
Se não é organizado: Você tem vontade de mudar esse aspecto na sua vida?

Resposta

Como eu já eu tinha falado, as estratégias que eu utilizo são a agenda do celular, pra marcar compromissos, como dias de prova, dias de foto, de trabalhos, e pra planejamentos mais específicos os planners semanais, que eu planejo meus dias e quando são dias que eu tenho muita coisa, cronometrada a cada tempo, eu uso um pouco do Whatsapp também, eu programo os horários das atividades específicas e faço muito mais preciso quando meu dia tem muitas tarefas, o que acontece com uma frequência grande.

Pergunta

Você se considera uma pessoa organizada? Tem o costume de se planejar? Como a falta desse (ou esse) hábito afeta sua vida/rotina? Te causa alguma sensação (seja ela positiva ou negativa)?

Resposta

Sim, eu sou uma pessoa que organiza as coisas em agendas, tanto no celular onde eu programo meus compromissos pra me ajudar a lembrar porque são muitas coisas, e também utilizo planners semanais pra planejar meus dias. E isso me ajudou muito, eu faço isso já há uns 2 ou 3 anos e nesse período eu acabei me ocupando com muitas coisas, então se eu não planejasse dessa maneira, eu não teria como fazer tudo o que faço hoje em dia. Com certeza o costume de me planejar e me organizar traz um efeito muito positivo na minha vida, porque senão eu não daria conta de tudo. Por mais que eu não seja 100% organizada, o que eu sou já impacta significativamente.

Pergunta

Pergunta

Fazendo ou não um planejamento, você consegue sempre cumprir com ele/com as tarefas a fazer ou acaba procrastinando? O que te leva a (ou não) procrastinar?

Resposta

Cumprir com as tarefas de um certa forma eu consigo, o meu maior problema em cumprir com esses planejamentos é a questão do cansaço, por eu dormir muito mal. E isso afeta muito no meu dia, às vezes tenho que dar uma descansada, eu não consigo estudar o tempo que eu planejei. Então isso é o que mais me leva a procrastinar. Também a questão emocional, quando eu estou muito afetada emocionalmente eu não consigo dar sequência nas minhas coisas, fico muito desfocada, apesar de ser algo eventual. E além disso, o celular com certeza é um ponto que eu preciso melhorar, as redes sociais são um vício que eu acredito que melhorei nos últimos tempos mas ainda posso mais, estar cada hora em uma rede social, Instagram, Whatsapp, Twitter, Facebook, você vai acabando ficando presa naquilo e isso me faz procrastinar muito. Mas eu adaptei algumas formas pra isso não acontecer, coloco o celular travado, uso um app que chama Forest pra estudar, que trava todo o seu celular então não tem como mexer nas redes sociais. Coloco também despertador/cronômetro pra certas tarefas e utilizo esses mecanismos, cada coisa que eu vou fazer uso uma ferramenta e organizo de uma forma.

Highlights de Pesquisa

Nome

Larissa

Data

01/04/2022

Local

PUC

O que os participantes falaram ou fizeram que surpreendeu, ou falas mais significativas.

- O cansaço afeta consideravelmente o planejamento da pessoa e pode ser necessário fazer ajustes para que ela não se desgaste além do limite e isso se torne um hábito não saudável

Aspectos que importaram mais para os participantes

- Quer mudar o hábito de dormir muito tarde, principal problema que a leva a não conseguir cumprir seus planejamentos
- Considera planejamento e organização como muito importantes, especialmente para pessoas atarefadas

Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista

- Podem ser vários os motivos que levam alguém a procrastinar: cansaço, questões emocionais, celular
- A procrastinação traz problemas a longo prazo, quando vai se adiando tarefas por vários dias subsequentes e dessa forma, se acumula muito a fazer e a pessoa não consegue terminar suas tarefas

Novos tópicos ou questões para explorar no futuro

- Utilizar diferentes formas de planejamento combinadas, para períodos de tempo diferentes e tarefas diferentes pode ser uma forma mais eficiente de se organizar
- É importante considerar os limites de cada um, como o cansaço e questões emocionais que levam a não conseguir cumprir o planejamento de forma ideal

Entrevista Qualitativa

Pergunta	O que você pensa sobre organização e planejamento pessoal? E procrastinação?	Resposta <p>Pra mim, organização é fundamental pra que as atividades, do dia a dia, saiam bem feitas, a curto prazo e consequentemente, a longo prazo, já que muitas vezes uma obrigação leva a outra maior. Nisso entra tanto organização material (ex: uma mesa organizada), quanto organizar uma agenda de tarefas, com a ordem a ser seguida e tal. Planejamento pessoal também é igualmente importante, mas ao meu ver o planejamento PRESENTE é ainda mais, com a realização de uma atividade de cada vez. Claro que é importante ter objetivos a longo prazo, que também devem ser seguidos com planejamento, porém como tudo pode sofrer alterações, com o planejamento presente vc vai estar construindo etapa por etapa e assim adiantando o processo independente do que venha. Procrastinação é o que muitas vezes atrapalha até a própria organização e planejamentos. Infelizmente frequentemente é inevitável, porém deve ser evitada para que as atividades sejam bem feitas, dentro do prazo, e para que a gente tenha a sensação de "dever cumprido".</p>
Pergunta	Você consegue fazer tudo ou parte significativa do que tem que ou quer fazer na sua rotina?	Resposta <p>Até o momento sim. Sempre me organizo de forma a dar tempo de tudo. No período letivo que tá começando agora eu peguei muitas disciplinas, então vai ficar bem cheio com o estágio. Caso não seja difícil levar todas, pretendo trancar algumas, e fazer as que sobrarem com calma e bem feitas, além das outras atividades.</p>
Pergunta	Se é organizado: Quais estratégias você utiliza pra se planejar? Se não é organizado: Você tem vontade de mudar esse aspecto na sua vida?	Resposta <p>Costumo priorizar aquilo que tem um prazo mais curto pra ser feito, mas não deixando nada acumular. Além disso anoto as tarefas do estágio e da faculdade para não esquecer.</p>
Pergunta	Você se considera uma pessoa organizada? Tem o costume de se planejar? Como a falta desse (ou esse) hábito afeta sua vida/rotina? Te causa alguma sensação (seja ela positiva ou negativa)?	Resposta <p>Sim, costumo me planejar dia a dia. A organização me ajuda a manter o controle das tarefas, pra que tudo saia bem feito, no prazo certo, além de ajudar a dar uma sensação de dever cumprido.</p>
Pergunta	Fazendo ou não um planejamento, você consegue sempre cumprir com ele/com as tarefas a fazer ou acaba procrastinando? O que te leva a (ou não) procrastinar?	Resposta <p>Muitas vezes acontece de eu procrastinar, mas procuro sempre adiantar ao máximo cada atividade, concluindo todas dentro do prazo. Às vezes sei que tenho um prazo mais tranquilo e acabo perdendo tempo no celular, redes sociais, etc. Muitas vezes a tarefa que estou realizando, ou a matéria que estou estudando também não é das que eu mais gosto, o que ajuda mais a procrastinar.</p>

Highlights de Pesquisa

Nome Davi	Data 02/04	Local Rua
O que os participantes falaram ou fizeram que surpreendeu, ou falas mais significativas.		
Em prol da boa conclusão das matérias, o entrevistado está disposto a prorrogar algumas matérias, para conseguir fazê-las bem feitas.		
Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista		
Priorizar o que tem um prazo mais curto para ser concluído é muito inteligente, para não deixar as tarefas acumularem.		
Aspectos que importaram mais para os participantes		
Organização do tempo é o principal para o entrevistado não procrastinar e conseguir manter sua rotina, realizando todas as tarefas que ele deve realizar		
Novos tópicos ou questões para explorar no futuro		
Como esperado, o celular, Internet e as redes sociais são um motivo forte para a pessoa procrastinar.		

Entrevista Qualitativa

Pergunta	O que você pensa sobre organização e planejamento pessoal? E procrastinação?	Pergunta	Você realiza muitas tarefas, como trabalhar, estudar ou atividades extracurriculares?
Resposta A organização e planejamento pessoal consistem em maneiras eficientes de realizar suas atividades. A procrastinação prejudica em todos os sentidos a sua evolução pessoal.			Resposta Sim. Trabalho em dois empregos atualmente, um na PUC no setor de suporte e o outro trabalho não relacionado a TI. Concluí recentemente uma graduação em sistemas de informação e pretendo ingressar em alguma pós graduação em breve.
Pergunta	Você consegue fazer tudo ou parte significativa do que tem que ou quer fazer na sua rotina?		
Resposta Nem sempre. As vezes ficam tarefas para o dia seguinte.			Resposta Não sou muito organizado. Isso acaba afetando a realização das atividades do dia a dia. Leva a uma sensação negativa de incapacidade.
Pergunta	Se é organizado: Quais estratégias você utiliza pra se planejar? Se não é organizado: Você tem vontade de mudar esse aspecto na sua vida?		
Resposta Tento ter um planejamento prévio mínimo na minha cabeça, para a execução das tarefas. Gostaria sim de ser mais organizado.			Resposta Para evitar de procrastinar tento fazer o que tem que ser feito o mais rápido possível, antes que venha algum desânimo e pensamentos que levem a adiar o que deve ser feito. Nem sempre consigo fazer tudo que pretendo.

Highlights de Pesquisa

Nome	Aurélio	Data	08/04/2022	Local	PUC
O que os participantes falaram ou fizeram que surpreendeu, ou falas mais significativas. Possui uma rotina muito cheia, consegue separar um tempo para relacionamentos pessoais e afetivos.			Aspectos que importaram mais para os participantes		
Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista Fazer as tarefas o quanto antes para evitar criar pensamentos negativos que levem ao adiamento do que deve ser feito.			Novos tópicos ou questões para explorar no futuro		

Entrevista Qualitativa

Pergunta	O que você pensa sobre organização e planejamento pessoal? E procrastinação?	Pergunta	Você realiza muitas tarefas, como trabalhar, estudar ou atividades extracurriculares?
Resposta Penso que ambos são importantes para ter qualquer tipo de resultado positivo na vida. A procrastinação é um problema comum e é grande obstáculo para o alcance de resultados e cumprimento de metas.			Resposta Sim. Tenho um trabalho formal e um trabalho informal, curso Ciência da Computação, primeiro período.
Pergunta	Você consegue fazer tudo ou parte significativa do que tem que ou quer fazer na sua rotina?		
Resposta Sim. A maior parte.			Resposta No caso a organização é uma obrigação para que meu dia a dia aconteça, se não eu não conseguiria fazer nem parte do que tenho que fazer.
Pergunta	Se é organizado: Quais estratégias você utiliza pra se planejar? Se não é organizado: Você tem vontade de mudar esse aspecto na sua vida?	Pergunta	Fazendo ou não um planejamento, você consegue sempre cumprir com ele/com as tarefas a fazer ou acaba procrastinando? O que te leva a (ou não) procrastinar?
Resposta Faço marcação/agendamento das atividades que tenho a serem feitas, costumo tentar fazer mais de uma tarefa ao mesmo tempo. Aproveito momentos de pouca atividade no trabalho para dar andamento nas tarefas.			Resposta O que me leva procrastinar são momentos que consigo trocar a obrigação por momentos parado ou em lazer, quando tenho poucas tarefas pendentes ou tarefas que não tem tanta urgência. O que me leva a não procrastinar, é a pressão da responsabilidade para cumprir com as atividades e tarefas, necessidade de cumprir com os prazos.

Highlights de Pesquisa

Nome	André	Data	08/04/2022	Local	PUC
O que os participantes falaram ou fizeram que surpreendeu, ou falas mais significativas. Possui uma rotina muito cheia, consegue separar um tempo para relacionamentos pessoais e afetivos.			Aspectos que importaram mais para os participantes		
Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista Possivelmente um fluxo mais constante de tarefas podem criar um ritmo de trabalho mais eficiente. Porém mais estressante.			Novos tópicos ou questões para explorar no futuro		

Entrevista Qualitativa

Pergunta	O que você pensa sobre organização e planejamento pessoal? E procrastinação?	Pergunta	Você realiza muitas tarefas, como trabalhar, estudar ou atividades extracurriculares?
	Resposta		Resposta
	<p>Eu penso que não tenho organização e planejamento porém acho essencial para alcançar a eudaimonia. Procrastinação é o mal do século mas eu tenho</p>		<p>diversas atividades, como estudo das 7h30 até as 16h, uma a duas horas de academia, e faço basquete das 19h às 20h30</p>
Pergunta	Você consegue fazer tudo ou parte significativa do que tem que ou quer fazer na sua rotina?	Pergunta	Você se considera uma pessoa organizada? Tem o costume de se planejar? Como a falta desse (ou esse) hábito afeta sua vida/rotina? Te causa alguma sensação (seja ela positiva ou negativa)?
	Resposta		Resposta
	<p>consigo fazer a maior parte das tarefas</p>		<p>Não sou organizado apesar de fazer muitos planos. Essa situação me deixa triste e a mercê da rotina.</p>
Pergunta	Se é organizado: Quais estratégias você utiliza pra se planejar? Se não é organizado: Você tem vontade de mudar esse aspecto na sua vida?	Pergunta	Fazendo ou não um planejamento, você consegue sempre cumprir com ele/com as tarefas a fazer ou acaba procrastinando? O que te leva a (ou não) procrastinar?
	Resposta		Resposta
	<p>sinto vontade de mudar, mas não consigo</p>		<p>de vez em quando consigo, mas normalmente acabo procrastinando os jogos online me levam a procrastinar, principalmente league of legends</p>

Highlights de Pesquisa

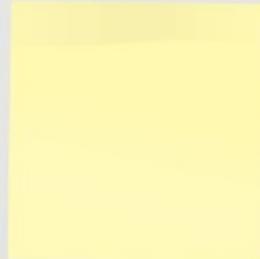
Nome	Júlio César	Data	31/03/2022	Local	PUC
O que os participantes falaram ou fizeram que surpreendeu, ou falas mais significativas.			Aspectos que importaram mais para os participantes		
mesmo ele conseguindo fazer a maioria das atividades de sua rotina ele acaba procrastinando bastante			<ul style="list-style-type: none">• ele quer se afastar dos jogos online para focar mais em seus estudos• organizar melhor seu tempo para ter mais tempo com sua namorada		
Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista			Novos tópicos ou questões para explorar no futuro		
uma pessoa que consegue realizar suas tarefas, não significa que é uma pessoa organizada			a internet como um todo é um grande motivo para a procrastinação, um exemplo são os jogos online		

Brainstorming / Brainwriting

Implementar uma ferramenta de fila de prioridade para as tarefas do usuário, para ajudar a lembrar e organizar o que tem de ser feito.

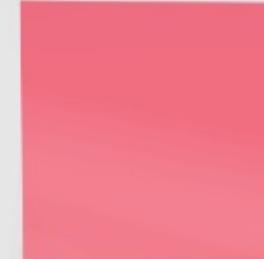
Agenda de compromissos interativa

Reservar um tempo no dia para tarefas atrasadas

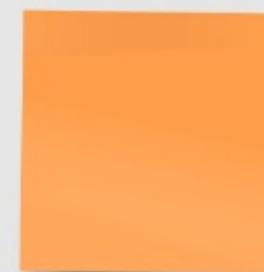
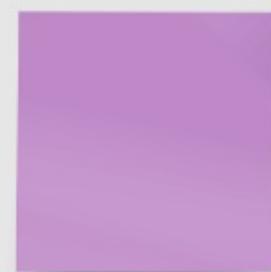


Fazer um sistema de alarmes no produto, para o usuário se programar de forma personalizada, com horários específicos.

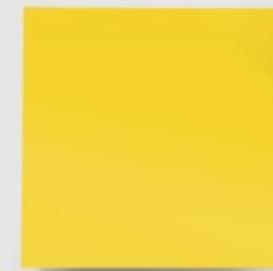
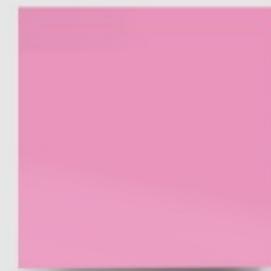
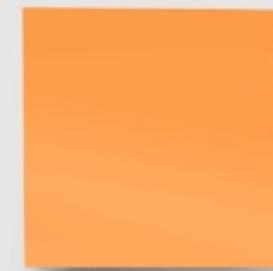
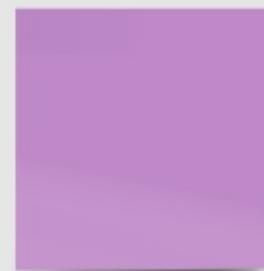
Incentivar o usuário a cumprir suas tarefas com um sistema de recompensas (gamificar)



Fazer um cronograma semanal



Separar um tempo no dia/semana para fazer planejamentos



Mural de Possibilidades

MURAL DE POSSIBILIDADES



Fazer um cronograma semanal

Fazer um sistema de alarmes no produto, para o usuário se programar de forma personalizada, com horários específicos.

Agenda de compromissos interativa

Separar um tempo no dia/semana para fazer planejamentos e atividades atrasadas

Incentivar o usuário a cumprir suas tarefas com um sistema de recompensas (gamificar)

Implementar uma ferramenta de fila de prioridade para as tarefas do usuário, para ajudar a lembrar e organizar o que tem de ser feito.

IDEIA 1

Fazer um cronograma semanal

Haveria um cronograma semanal, onde o usuário poderia preenchê-lo da forma que quisesse, e se organizar.

IDEIA 2

Fazer um sistema de alarmes no produto, para o usuário se programar de forma personalizada, com horários específicos.

Enviar email informando quando prazo das atividades estão acabando, ou estão com atraso.

IDEIA 3

Separar um tempo no dia/semana para fazer planejamentos e atividades atrasadas

Ao organizar seu dia, o usuário destinaria sempre um espaço para planejar o dia seguinte e a semana, além de destinar um período para fazer atividades que não conseguiu

IDEIA 4

Agenda de compromissos interativa

Uma agenda em que o usuário pudesse anotar seus compromissos e marcá-los como concluídos

IDEIA 5

Incentivar o usuário a cumprir suas tarefas com um sistema de recompensas (gamificar)

Como forma de motivar o usuário a cumprir suas tarefas, colocar conquistas e prêmios a serem ganhos na plataforma

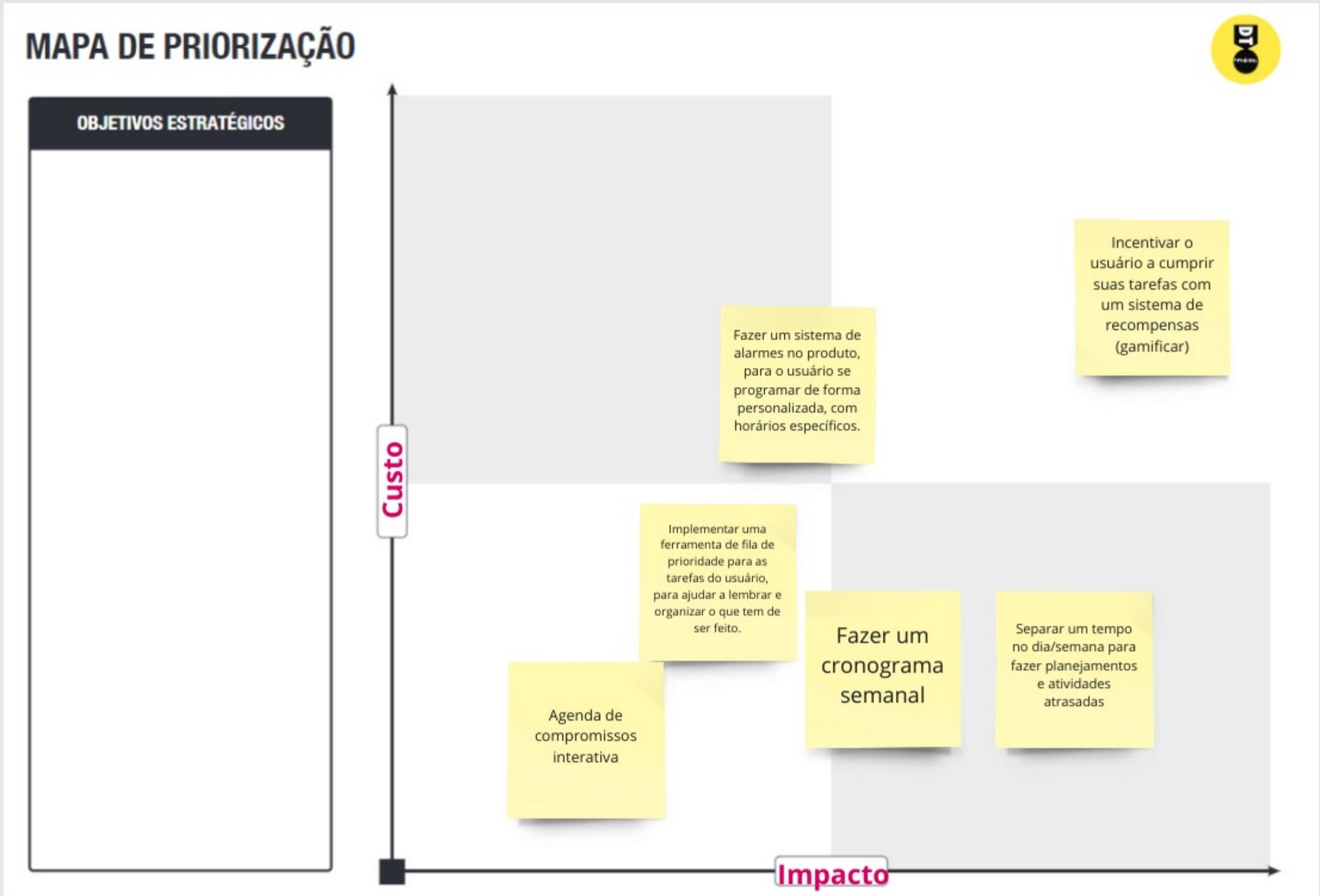
IDEIA 6

Implementar uma ferramenta de fila de prioridade para as tarefas do usuário, para ajudar a lembrar e organizar o que tem de ser feito.

Opção de definir prioridade para identificar e ordenar tarefas de acordo.

Priorização de Ideias

MAPA DE PRIORIZAÇÃO



Detalhamento das Ideias

MAPA CONCEITUAL



COMO FUNCIONA?

O usuário anotaria suas tarefas semanais em uma tabela, registrando os dias e horários em que elas ocorrem

PODENDO MELHORAR A EXPERIÊNCIA DO CLIENTE?

Ao utilizar de um cronograma semanal, o usuário teria um controle maior sobre quais tarefas deve realizar na sua rotina, auxiliando-o a se organizar

Fazer um cronograma semanal

A pessoa que tem dificuldade de se organizar poderia utilizar o cronograma para estruturar sua rotina, quando fosse necessário registrar atividades recorrentes no seu dia-a-dia

Por meio de uma tabela com os dias da semana e horários, em que pudessem ser inseridos dados

QUEM IRÁ USAR ISTO E QUANDO?

COMO PODE SER IMPLEMENTADO?

MAPA CONCEITUAL



COMO FUNCIONA?

O usuário, ao planejar seu dia ou sua semana, alocaria um tempo determinado para fazer novos planejamentos e outro período vago para fazer atividades que não cumpriu em outros dias

PODENDO MELHORAR A EXPERIÊNCIA DO CLIENTE?

Ao ter um espaço de tempo já destinado com antecedência ao planejamento e a atividades em atraso, o usuário não gastaria energia tendo que se preocupar em reservar esse tempo posteriormente

Separar um tempo no dia/semana para fazer planejamentos e atividades atrasadas

Principalmente quem costuma procrastinar, quando estivesse com tarefas acumuladas, ou quem tem dificuldade de iniciar um planejamento

Ao anotar suas tarefas no cronograma, o usuário incluiria essas atividades

QUEM IRÁ USAR ISTO E QUANDO?

COMO PODE SER IMPLEMENTADO?

Detalhamento das Ideias

MAPA CONCEITUAL



COMO FUNCIONA?

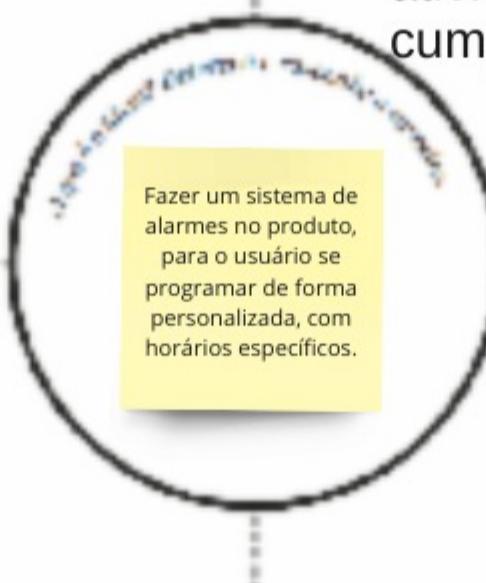
Seria enviado um email para o usuário informando que o prazo da tarefa está acabando.

A pessoa que não tem tempo de olhar suas tarefas constantemente.

QUEM IRÁ USAR ISTO E QUANDO?

POR DÉ QUE MELHORA A EXPERIÊNCIA DO CLIENTE?

Ao ser notificado de suas tarefas, o usuário teria menos chances de esquecer alguma atividade ou compromisso a ser cumprido



A pessoa pode escolher um prazo para ser notificada em relação à data de entrega.

COMO PODE SER IMPLEMENTADO?

MAPA CONCEITUAL



COMO FUNCIONA?

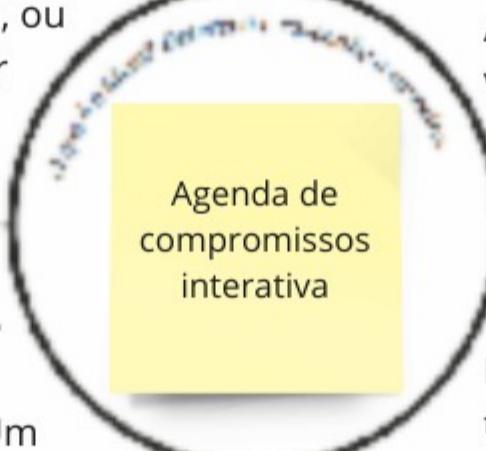
Seria uma agenda onde o usuário pudesse personalizá-la, colocando seus compromissos semanais ou mensais, e também teria funções como marcar os compromissos como concluídos, ou pendentes, e até mesmo colocar observações.

Pessoas desorganizadas e muito atarefadas, que têm muitos compromissos durante o mês. Um vendedor por exemplo, que vai nas casas dos clientes vender algum produto. Ele pode colocar as pessoas nessa agenda em cada dia, assim, tornando mais fácil de se organizar

QUEM IRÁ USAR ISTO E QUANDO?

POR DÉ QUE MELHORA A EXPERIÊNCIA DO CLIENTE?

Porque é uma maneira muito intuitiva e muito funcional de se organizar, basta ele ter preencher as datas com seus compromissos. A agenda deixa tudo muito mais visível e organizado.



Por meio de um calendário, que teria opção de você preencher todas as datas com coisas que você deve fazer.

COMO PODE SER IMPLEMENTADO?

Detalhamento das Ideias

MAPA CONCEITUAL



COMO FUNCIONA?

Conforme o usuário completa tarefas ele acumula pontos. Quando uma quantidade X de pontos é alcançada ele pode trocá-los alguma recompensa no site.

Uma pessoa que se sentisse desmotivada a continuar suas tarefas poderia trocar seus pontos quando precisar de um incentivo.

QUEM IRÁ USAR ISTO E QUANDO?

PODENDO MELHORAR A EXPERIÊNCIA DO CLIENTE?

O usuário completaria as tarefas com o objetivo de conseguir mais recompensas.

A quantidade de pontos recebidos seria dependente da prioridade da tarefa e do quanto antes do prazo máximo ela foi cumprida. Os pontos poderiam ser trocados em uma "loja" por várias recompensas diferentes.

COMO PODE SER IMPLEMENTADO?

Incentivar o usuário a cumprir suas tarefas com um sistema de recompensas (gamificar)

MAPA CONCEITUAL



COMO FUNCIONA?

Seria uma ferramenta onde o usuário iria colocar suas atividades numa fila onde ele organizaria da que ele julga como mais importante para a menos importante. Assim dando prioridade para as tarefas mais urgentes, ou especiais.

Um universitário por exemplo, quando têm muitos trabalhos acumulados, e deve entregar todos num certo período de tempo, ele pode se organizar desta maneira, dando prioridade para os trabalhos mais difíceis ou mais urgentes, que a data de entrega está mais próxima.

QUEM IRÁ USAR ISTO E QUANDO?

PODENDO MELHORAR A EXPERIÊNCIA DO CLIENTE?

Melhora a experiência do cliente porque é mais uma maneira que ele têm de se organizar, o nosso site/aplicação teria diversas maneiras de se organizar, e todas têm um diferencial, daí o usuário pode escolher a que ele achar melhor para o momento.

Poderia ser por uma tabela, onde você organiza de acordo com a importância de cada atividade.

COMO PODE SER IMPLEMENTADO?

Implementar uma ferramenta de fila de prioridade para as tarefas do usuário, para ajudar a lembrar e organizar o que tem de ser feito.