

PERSONA



NOME João Silva

IDADE 28 anos

HOBBY Jogar videogames e trilhas

TRABALHO Analista de TI

PERSONALIDADE

Introvertido, analítico e gosta de rotina.

SONHOS

Ter uma vida equilibrada, sem ansiedade e com mais tempo para hobbies.

Informações adicionais

João Silva (28 anos, Analista de TI)
Por que é necessário:

João representa jovens adultos que lidam com estresse e ansiedade associados ao trabalho em ambientes de alta pressão, como TI. Ele necessita de ferramentas que se integrem facilmente à sua rotina, sendo um exemplo típico de um usuário que busca praticidade e privacidade. Compreender suas necessidades ajuda a adaptar a plataforma para oferecer suporte acessível e discreto, essenciais para esse público.

Impacto no projeto: Permite criar funcionalidades que sejam intuitivas e pouco intrusivas, como notificações discretas e feedbacks rápidos, atendendo à preferência por soluções que não atrapalhem o fluxo de trabalho.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Utiliza aplicativos de meditação, calendário digital para organizar a rotina.

OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Deseja ferramentas que o ajudem a monitorar sua saúde mental de forma discreta e prática.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Como devemos tratá-la para que ela se sinta bem? Quais os tipos de comportamento que deixam essa pessoa feliz?

Com empatia, sem julgamentos e oferecendo dicas práticas.

NUNCA DEVEMOS

O que nunca devemos fazer em relação a essa pessoa? Que tipo de atitude ela não suporta? O que deixa essa pessoa furiosa?

Pressioná-lo ou invadir sua privacidade, pois ele preza muito pelo espaço pessoal.

PERSONA



NOME Maria Oliveira

IDADE 35 anos

HOBBY Yoga e culinária saudável

TRABALHO Professora de ensino fundamental

PERSONALIDADE

Extrovertida, empática e comunicativa.

SONHOS

Ajudar seus alunos a desenvolverem habilidades emocionais, além de manter seu bem-estar.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Utiliza aplicativos de mindfulness e redes sociais para se conectar com amigos e familiares.

OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Busca uma maneira de monitorar sua saúde mental e aprender novas técnicas de relaxamento.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Como devemos tratá-la para que ela se sinta bem? Quais os tipos de comportamento que deixam essa pessoa feliz?

Com apoio positivo e dicas motivacionais, sempre reforçando o bem-estar.

NUNCA DEVEMOS

O que nunca devemos fazer em relação a essa pessoa? Que tipo de atitude ela não suporta? O que deixa essa pessoa furiosa?

Criticar suas práticas ou sugerir que seus problemas são insignificantes.

Informações adicionais

Maria Oliveira (35 anos, Professora de Ensino Fundamental)

Por que é necessário:

Maria representa profissionais da educação que enfrentam desafios emocionais devido à sobrecarga de trabalho e o contato constante com alunos. Ela é uma persona que valoriza o bem-estar emocional, tanto dela quanto de quem está ao seu redor. Compreender Maria ajuda a moldar conteúdos que sejam motivacionais e que agreguem valor ao dia a dia, oferecendo suporte psicológico e dicas práticas.

Impacto no projeto: Auxilia na criação de recursos como dicas de relaxamento e meditação, além de fornecer conteúdos educacionais sobre saúde mental que podem ser usados por profissionais da área.

PERSONA



NOME Carlos Mendes

IDADE 42 anos

HOBBY Corrida e leitura de ficção científica

TRABALHO Gerente de Projetos

PERSONALIDADE

Determinado, competitivo e gosta de metas.

SONHOS

Manter-se produtivo e saudável para dar exemplo aos seus filhos.

Informações adicionais

Carlos Mendes (42 anos, Gerente de Projetos)

Por que é necessário:

Carlos representa indivíduos que ocupam cargos de liderança e enfrentam alta pressão para se manterem produtivos e saudáveis. Ele busca por soluções rápidas e eficazes que o ajudem a gerenciar sua saúde mental sem comprometer sua rotina. Compreender Carlos permite ajustar o produto para que ele atenda a perfis que valorizam a eficiência e praticidade.

Impacto no projeto: Informa o desenvolvimento de funcionalidades que ofereçam suporte com feedback direto e que possam ser usados sem grandes interrupções na rotina, como relatórios de bem-estar e metas diárias.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Ferramentas de produtividade e monitoramento de desempenho.

OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Monitorar a saúde mental para não perder o foco no trabalho e na vida pessoal.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Como devemos tratá-la para que ela se sinta bem?

Quais os tipos de comportamento que deixam essa pessoa feliz?

Com clareza e soluções rápidas que o ajudem a manter sua rotina.

NUNCA DEVEMOS

O que nunca devemos fazer em relação a essa pessoa?

Que tipo de atitude ela não suporta?

O que deixa essa pessoa furiosa?

Oferecer soluções que ele considere pouco práticas ou que interrompam seu fluxo de trabalho.

PERSONA



NOME Ana Beatriz

IDADE 19 anos

HOBBY Dança e redes sociais

TRABALHO Estudante universitária

PERSONALIDADE

Criativa, curiosa e gosta de se expressar.

SONHOS

Tornar-se psicóloga e influenciar positivamente a vida das pessoas.

Informações adicionais

Ana Beatriz (19 anos, Estudante Universitária)

Por que é necessário:

Ana representa a geração mais jovem, que está em busca de autoconhecimento e possui uma abordagem moderna e aberta à saúde mental. Ela valoriza a estética e a experiência do usuário, além de ter uma interação constante com redes sociais. Compreender Ana é crucial para garantir que o produto seja visualmente atraente e adequado às necessidades de um público jovem.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Aplicativos de redes sociais e plataformas de aprendizado online.

OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Quer uma ferramenta que a ajude a gerenciar suas emoções e entender melhor seu humor.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Como devemos tratá-la para que ela se sinta bem? Quais os tipos de comportamento que deixam essa pessoa feliz?

De forma encorajadora e com conteúdo visual atraente que a mantenha engajada.

NUNCA DEVEMOS

O que nunca devemos fazer em relação a essa pessoa? Que tipo de atitude ela não suporta? O que deixa essa pessoa furiosa?

Tratar suas preocupações como "coisas de adolescente" ou diminuir sua perspectiva.

Impacto no projeto: Contribui para o design de interfaces intuitivas, visuais modernos e funcionalidades interativas, como quizzes diários e gamificação, que engajam e mantêm o usuário envolvido.

PERSONA



NOME Lucas Pereira

IDADE 55 anos

HOBBY Jardinagem e pesca

TRABALHO Aposentado

PERSONALIDADE

Paciente, calmo e valoriza a simplicidade.

SONHOS

Ter uma vida tranquila e aproveitar a aposentadoria sem preocupações.

Informações adicionais

Lucas Pereira (55 anos, Aposentado)
Por que é necessário:
Lucas representa uma faixa etária que muitas vezes lida com sentimentos de isolamento e busca por simplicidade. Ele precisa de uma abordagem que seja fácil de entender e que não o faça sentir-se sobrecarregado por tecnologias complexas. Compreender Lucas ajuda a ajustar o projeto para ser inclusivo, garantindo que a plataforma possa servir um público diverso.

Impacto no projeto: Orienta o desenvolvimento de interfaces simples e guias de uso amigáveis que garantam acessibilidade a usuários menos familiarizados com tecnologia, ampliando o alcance do produto.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Jornal, rádio, e aplicativos básicos de notícias.

OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Manter-se mentalmente saudável e evitar sentimentos de solidão.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Como devemos tratá-la para que ela se sinta bem? Quais os tipos de comportamento que deixam essa pessoa feliz?

Com paciência, explicando as funcionalidades de forma simples e direta.

NUNCA DEVEMOS

*O que nunca devemos fazer em relação a essa pessoa?
Que tipo de atitude ela não suporta?
O que deixa essa pessoa furiosa?*

Usar linguagem técnica ou complicar as funcionalidades, pois ele busca simplicidade.

PERSONA



NOME Júlia Souza

IDADE 30 anos

HOBBY Fotografia e viagens

TRABALHO Freelance de Marketing Digital

PERSONALIDADE

Dinâmica, adaptável e adora novidades.

SONHOS

Conciliar sua carreira com a vida pessoal e manter uma rotina saudável.

Informações adicionais

Júlia Souza (30 anos, Freelance de Marketing Digital)
Por que é necessário:
Júlia representa profissionais autônomos que têm rotinas dinâmicas e buscam equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Ela é multitarefa, precisa de ferramentas que se adaptem a sua flexibilidade e que ajudem a gerenciar sua saúde mental em meio a uma agenda desorganizada. Compreender Júlia ajuda a criar soluções que sejam flexíveis, móveis e de fácil acesso.

Impacto no projeto: Informa a necessidade de desenvolver funcionalidades que permitam personalização e adaptação da plataforma ao estilo de vida do usuário, como quizzes diários que se encaixem na agenda e recursos móveis.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Redes sociais, aplicativos de produtividade e fotografia

OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Quer uma plataforma que a ajude a monitorar e ajustar sua saúde mental mesmo com sua rotina agitada.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Como devemos tratá-la para que ela se sinta bem? Quais os tipos de comportamento que deixam essa pessoa feliz?

Com mensagens positivas, práticas e que incentivem o autocuidado.

NUNCA DEVEMOS

O que nunca devemos fazer em relação a essa pessoa? Que tipo de atitude ela não suporta? O que deixa essa pessoa furiosa?

Ignorar seu estilo de vida multitarefa, sugerindo rotinas que não se adaptem à sua realidade.