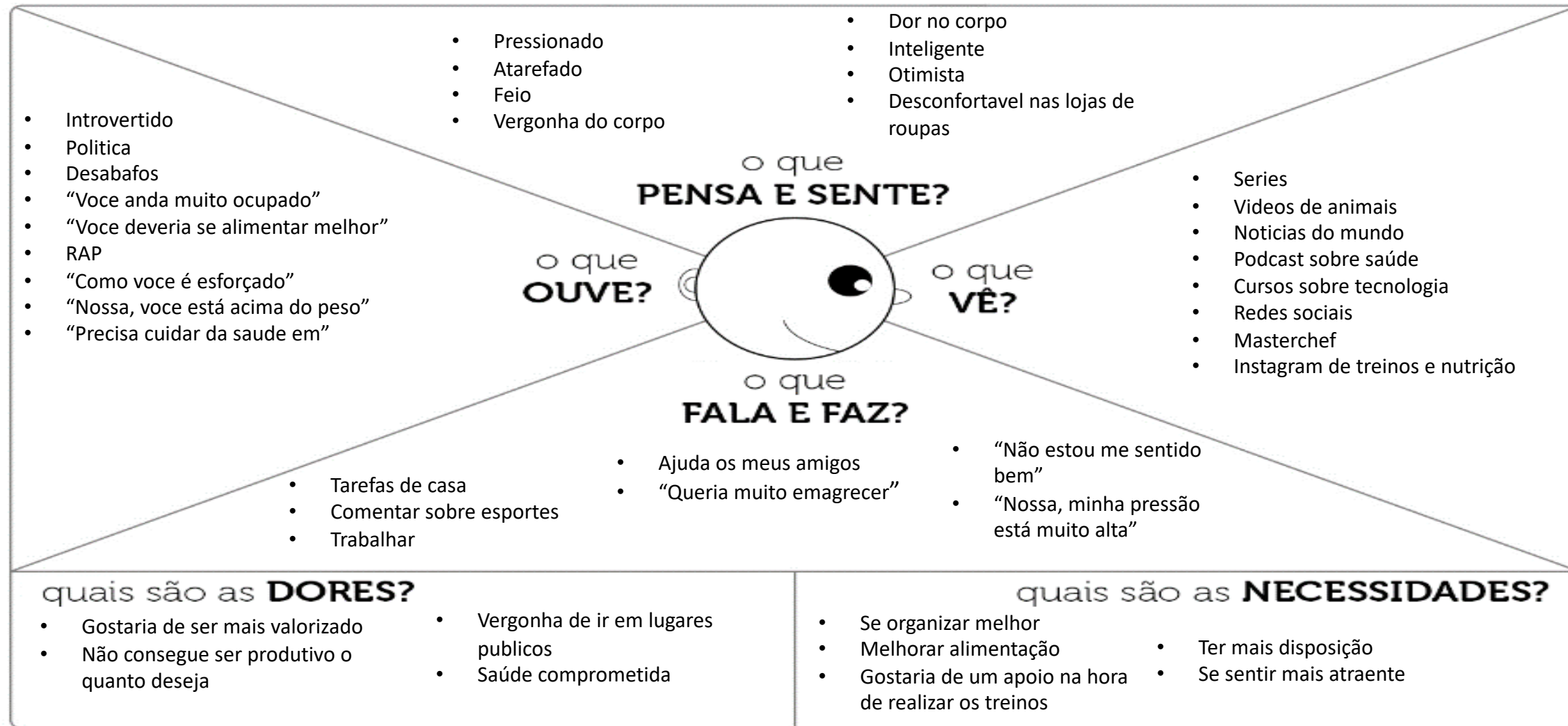


# Mapa de Empatia – Em Socioemocional

Nome: Jonas Eduardo

Idade: 24



## Apresentação da persona



*“Gostaria de começar a fazer academia, mas não tenho conhecimento prévio sobre o mundo musculação e também quero saber os primeiros passos e por onde começar”*

Jonas Eduardo, 24  
*Desenvolvedor pleno back-end*

## Definição da persona

- ☐ Introvertido;
- ☐ Gosta de sair com os amigos;
- ☐ Sedentário;
- ☐ Sabe lidar com pessoas;
- ☐ Sabe lidar com críticas;;
- ☐ Gosta de cuidar da aparência;

- ☐ Gostaria de saber como e por onde começar no mundo da musculação
- ☐ Quer saber como se alimentar melhor
- ☐ Não tem experiencia previa com exercício físico
- ☐ Quer ter dicas de como ter uma rotina mais produtiva
- ☐ Quer ser mais saudável
- ☐ Não sabe como executar alguns exercícios de musculação de forma correta
- ☐ Quer comer melhor e não fazer dietas extremas

## Dores e necessidade

## Apresentação da persona



*“Gostaria que meus alunos tivessem conhecimento prévio sobre o mundo da musculação para poder instruí-los de forma mais produtiva e fácil”*

Sergio, 30  
Prof. Ed física

## Definição da persona

- ☐ Extrovertido;
- ☐ Gosta de sair com os amigos;
- ☐ Mantem uma rotina saudável;
- ☐ Sabe lidar com pessoas;
- ☐ Organizado;

- ☐ Gostaria de passar os exercícios de maneira mais rápida;
- ☐ Gostaria de ganhar mais dinheiro;
- ☐ Gostaria de atender os alunos com mais assertividade;
- ☐ Gostaria de não ter que explicar o mesmo exercícios mais de uma vez;
- ☐ Não ter tempo de passar exercícios para mais de um aluno;

## Dores e necessidade