

Persona

Nom : Naomie Terriet

Sexe : Féminin

Age : 40 ans

Profession : Responsable du département R&D dans une grande entreprise

Caractéristiques :

Naomie est une femme de nature anxieuse, il n'est pas rare qu'elle mette plus de deux heures à s'endormir. Au moment de se coucher le soir elle pense à sa journée de travail passée et au travail qu'elle a à réaliser le lendemain. L'idée de ne pas respecter les délais la terrifie.

Naomie aime garder le contrôle sur sa vie et a toujours une idée très précise de ce qu'elle désire.

Elle déteste les contraintes inutiles.

Passionnée de romans fantastiques, elle est capable de rester des heures dans son lit pour lire, il s'agit pour elle d'un véritable moment de détente pour lequel un environnement calme est indispensable.

Scénario d'utilisation :

Date/Heure : Vendredi soir ; 21h

Situation :

Naomie est enfin en weekend après une semaine très chargée, elle doit présenter ses résultats aux grands patrons lundi matin et il lui reste encore certains points de sa présentation à revoir.

Histoire :

Naomie attrape son roman, pose son oreiller contre la tête de lit en position verticale et s'adosse contre. Elle attrape alors son téléphone, ouvre son application de musique, parcourt ses playlists, clique celle intitulée « Lecture du soir » et lance la musique. La qualité des enceintes du téléphone est médiocre mais Naomie n'a pas allumé son enceinte connectée et se lève donc pour le faire. Une fois posée, elle commence à lire jusqu'à 23h30.

Elle pose alors son livre, attrape son téléphone, rouvre l'application de musique et la coupe. Elle se lève ensuite pour aller éteindre l'enceinte. Elle éteint alors la lumière et se couche.

Une heure plus tard, Naomie ne dort toujours pas, elle ne peut pas s'empêcher de stresser en pensant à sa réunion de lundi. Rien n'est prêt, ses collègues ne lui ont pas envoyé tous les documents nécessaires malgré ses nombreuses relances. Agacée de ne pouvoir dormir, Naomie rallume la lumière, se lève pour rallumer l'enceinte connectée, attrape son téléphone, rouvre l'application de musique et lance la playlist « Nuit calme ». Elle se recouche et parvient à s'endormir 10 minutes plus tard.

Vers 3 heures du matin Naomie est réveillée par un changement de musique trop brutal de sa playlist qui était toujours en train de tourner. Elle se relève donc pour éteindre la musique et l'enceinte. Elle doit ensuite attendre une heure de plus avant de se rendormir.

Le réveil sonne à 9 heures. Naomie tend le bras pour l'éteindre mais se rendort immédiatement à cause du peu de sommeil qu'elle a eu. Elle se réveille alors à midi en panique, elle avait mis un réveil pour travailler sa présentation et elle vient de perdre de précieuses heures. Elle est encore plus stressée que la veille au soir à présent.