

Introdução

A procrastinação é um fenômeno amplamente difundido que afeta a capacidade das pessoas de realizar suas tarefas de forma eficaz e oportuna. Muitos indivíduos lutam diariamente contra o impulso de adiar atividades importantes, resultando em estresse, ansiedade e insatisfação com seu próprio desempenho. Este projeto visa abordar essa questão, fornecendo uma solução prática e acessível para ajudar as pessoas a superar a procrastinação e alcançar seus objetivos com mais facilidade.

Problema

A procrastinação é um comportamento que pode ter consequências negativas em várias áreas da vida, incluindo acadêmica, profissional e pessoal. As pessoas que procrastinam muitas vezes enfrentam dificuldades para cumprir prazos, alcançar metas estabelecidas e manter um equilíbrio saudável entre trabalho e vida pessoal. Isso pode levar a sentimentos de frustração, baixa autoestima e falta de realização.

Objetivo do Projeto

O objetivo principal deste projeto é desenvolver uma ferramenta digital que ajude os usuários a gerenciar sua procrastinação de forma mais eficaz, fornecendo estratégias e recursos para melhorar sua produtividade e motivação. Ao oferecer uma solução prática e personalizada, esperamos capacitar as pessoas a superar a procrastinação e alcançar um maior sucesso em suas vidas pessoais e profissionais.

Justificativa

A procrastinação é um problema generalizado que afeta pessoas de todas as idades e origens. Com o aumento das demandas da vida moderna, como trabalho, estudos, família e compromissos sociais, é crucial encontrar maneiras de gerenciar efetivamente o tempo e evitar a procrastinação. Ao desenvolver uma solução inovadora para esse problema, esperamos contribuir para o bem-estar e a realização das pessoas, promovendo uma cultura de produtividade e autoaperfeiçoamento.

Público-alvo

Este projeto destina-se a indivíduos de todas as idades que lutam contra a procrastinação e desejam melhorar sua produtividade e eficiência no cumprimento de suas tarefas diárias. Nosso público-alvo inclui estudantes universitários, profissionais que trabalham em home office, empreendedores, freelancers e qualquer pessoa que busque uma maneira eficaz de lidar com a procrastinação e alcançar seus objetivos de forma mais consistente.

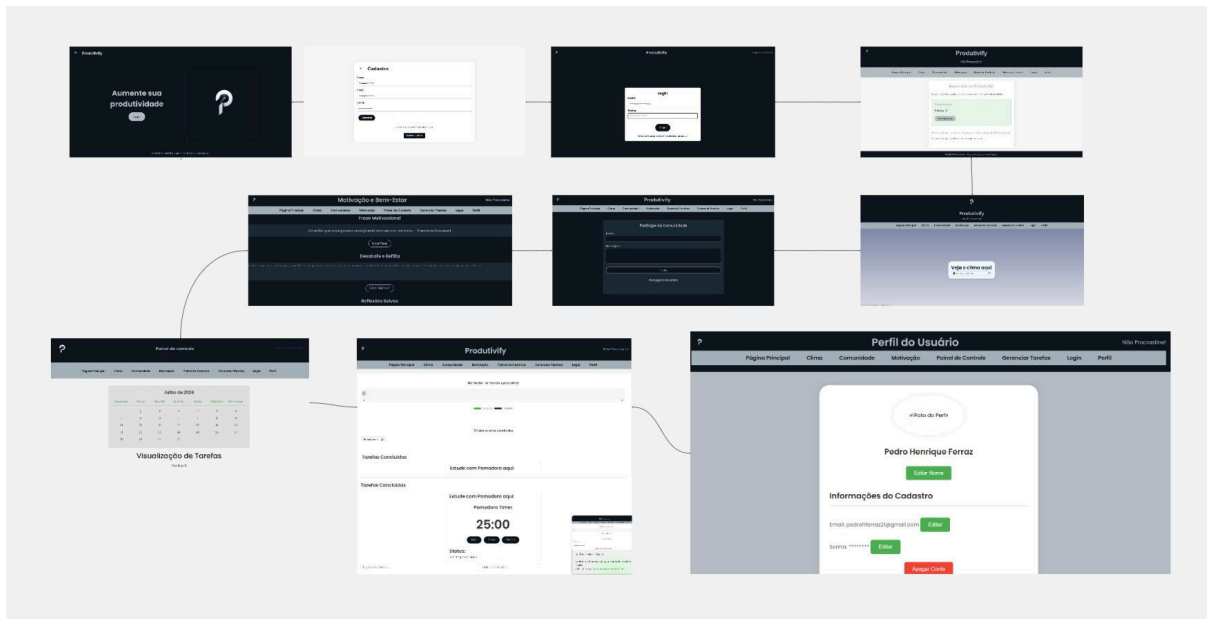
Histórias de Usuários

- **Como usuário**, desejo poder criar e visualizar uma lista de tarefas para me manter organizado. Isso me ajudará a priorizar minhas atividades e acompanhar meu progresso ao longo do tempo.
- **Como usuário**, gostaria de receber lembretes e notificações para me ajudar a cumprir prazos. Isso garantirá que eu não esqueça de compromissos importantes e me manterá motivado para concluir minhas tarefas dentro do prazo.
- **Como usuário**, quero acessar recursos de planejamento e estratégias de combate à procrastinação. Isso inclui técnicas de gerenciamento de tempo, métodos de organização e dicas para manter o foco e a motivação.
- **Como usuário**, desejo poder monitorar meu progresso e estabelecer metas alcançáveis. Isso me permitirá avaliar meu desempenho ao longo do tempo e ajustar minhas estratégias conforme necessário para alcançar meus objetivos.

Requisitos do Projeto

- **Sistema de cadastro e login de usuários:** Os usuários devem poder criar uma conta no sistema fornecendo informações básicas e fazer login para acessar suas tarefas e recursos.
- **Funcionalidade de criação, edição e exclusão de tarefas:** Os usuários devem poder adicionar novas tarefas à sua lista, editar informações existentes e excluir tarefas concluídas ou desnecessárias.
- **Recursos de planejamento e estratégias de produtividade:** O sistema deve fornecer acesso a uma variedade de recursos, como listas de verificação, calendários, técnicas de pomodoro e outros métodos comprovados para melhorar a produtividade e combater a procrastinação.
- **Implementação de gamificação:** Visando aumentar o engajamento dos usuários, o sistema deve incluir elementos de gamificação, onde ao completar tarefas ou atingir metas, os usuários serão recompensados com pontos, distintivos ou outras recompensas virtuais. Além disso, o sistema pode incluir desafios diários ou semanais, missões especiais e eventos temáticos para tornar a experiência mais divertida e envolvente.
- **Painel de controle para monitorar o progresso e estabelecer metas:** Os usuários devem ter acesso a um painel de controle personalizado que exiba métricas de progresso, estatísticas de desempenho e ferramentas para estabelecer metas realistas e alcançáveis. O painel também pode incluir gráficos visuais, badges e rankings para motivar os usuários e tornar o acompanhamento do progresso mais interessante.
- **Sistema de comunidade:** O sistema deve incluir recursos para criar uma comunidade online onde os usuários possam se conectar, compartilhar experiências, trocar dicas e oferecer apoio mútuo na jornada para combater a procrastinação. Isso pode incluir fóruns de discussão, salas de bate-papo, grupos de interesse e outras formas de interação social. A comunidade proporcionará um ambiente de suporte e motivação adicional para os usuários, além de oferecer oportunidades para participar de desafios coletivos, eventos comunitários e atividades colaborativas.

Wireframes das Telas



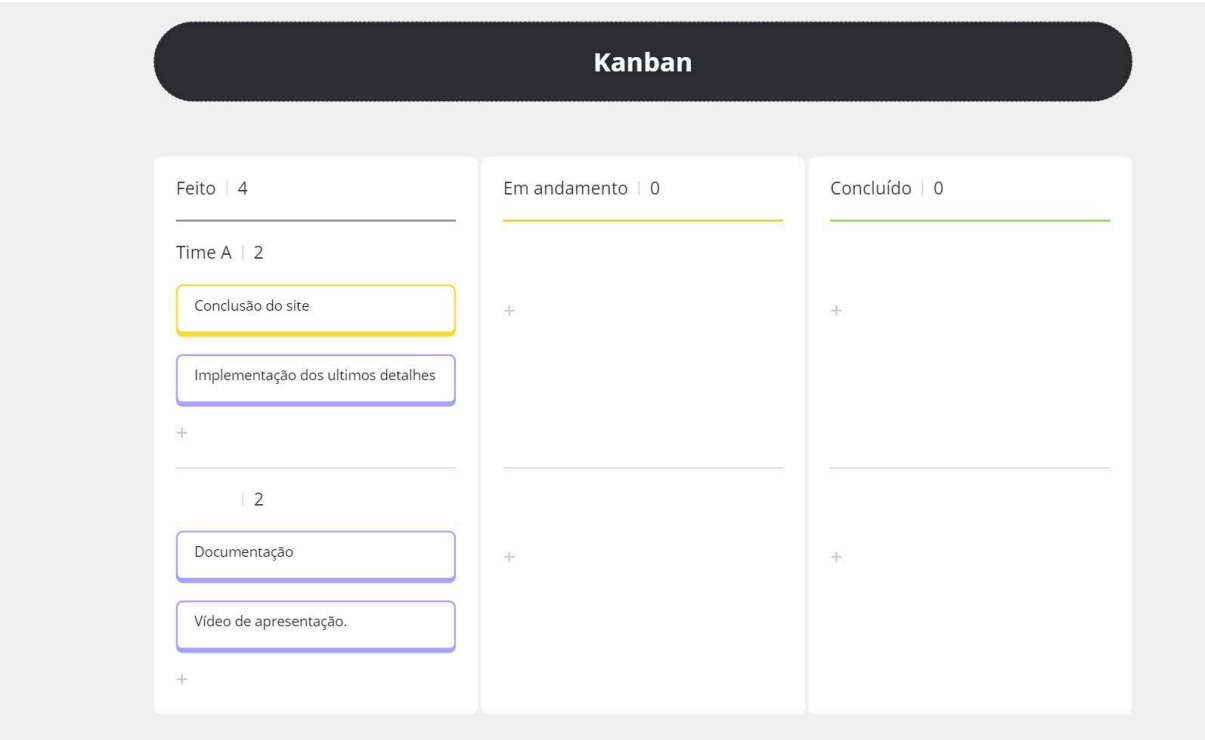
Protótipo Interativo

Metodologia

Organização da Equipe e Divisão de Papéis

- **Desenvolvedor Frontend:** Thomás Ramos Oliveira
- **Desenvolvedor Backend:** Pedro Afonso Machado Vasconcelos
- **Designer UX/UI:** Pedro Oliveira Lanza
- **Gerente de Projeto:** Pedro Henrique Ferraz Lima
- **Outros:** A confirmar...

Quadro de Controle de Tarefas - Kanban



Referências Bibliográficas

["The Now Habit: A Strategic Program for Overcoming Procrastination and Enjoying Guilt-Free Play", Neil A. Fiore, 1989]