



O MAPA DO
PÚBLICO ALVO

PÚBLICO: PESSOAS QUE TÊM SOBREPESO

DADOS DEMOGRÁFICO:

Idade: 18 a 55

Gênero: Homens e Mulheres

LISTAR PELO MENOS 3 ITENS EM CADA TÓPICO

Quanto mais melhor!

MEDOS

O que o paralisa? O que o impede de tomar uma ação? O que ele quer evitar?

Exemplos:

- Chegar em um local onde as cadeiras são de plástico essas cadeiras quebrarem quando ela sentar.
- Medo de ser ridicularizada em público;
- Medo de não conseguir se relacionar com outras pessoas;

DORES/FRUSTRAÇÕES

Qual o caminho que ele trilhou e experiências ruins acumuladas até aqui?

Exemplos:

- Cansado de chegar em uma loja de roupas e não ter a sua numeração;
- Não vai para a praia há anos por ter vergonha de mostrar o seu corpo.
- Sofreu bullying durante a infância;



SOFRIMENTO/ASPIRAÇÃO

O que ele mais deseja? Quais os sonhos? Quais são os objetivos?

Exemplo:

- Emagrecer sem precisar parar de comer as coisas que ela gosta;
- Ter uma vida mais saudável e não ser visto como uma pessoa doente pelo fato de estar acima do peso.
- Não ter dificuldades em encontrar um assento em um avião.

O PERIGO

O que aconteceria se ele continuasse com esse problema? Ou se ele não conseguisse o que deseja?

Exemplos:

- Perder o desejo de viver;
- Sofrer com depressão;
- Viver uma vida com complexo de inferioridade;
- Problema de saúde que resultaria em morte;

A TRANSFORMAÇÃO

O que aconteceria se ele resolvesse esse problema? Ou alcançasse aquilo que deseja?

Exemplo:

- Vida saudável e proativa
- Facilidade em convívio social
- Elevação de autoestima;

