

# Introdução ao UX/UI Design

# Aula #1

## Empatia

Introdução ao UX e UI Design

A photograph of two cats looking out of a window. One cat is dark brown and the other is white, both looking towards the left. The window has a diamond-patterned grid.

O design pode mudar vidas e  
tudo começa pela empatia

EW  
CA

## Vídeo - Empatia por Brené Brown, pesquisadora de vulnerabilidade na Universidade de Houston

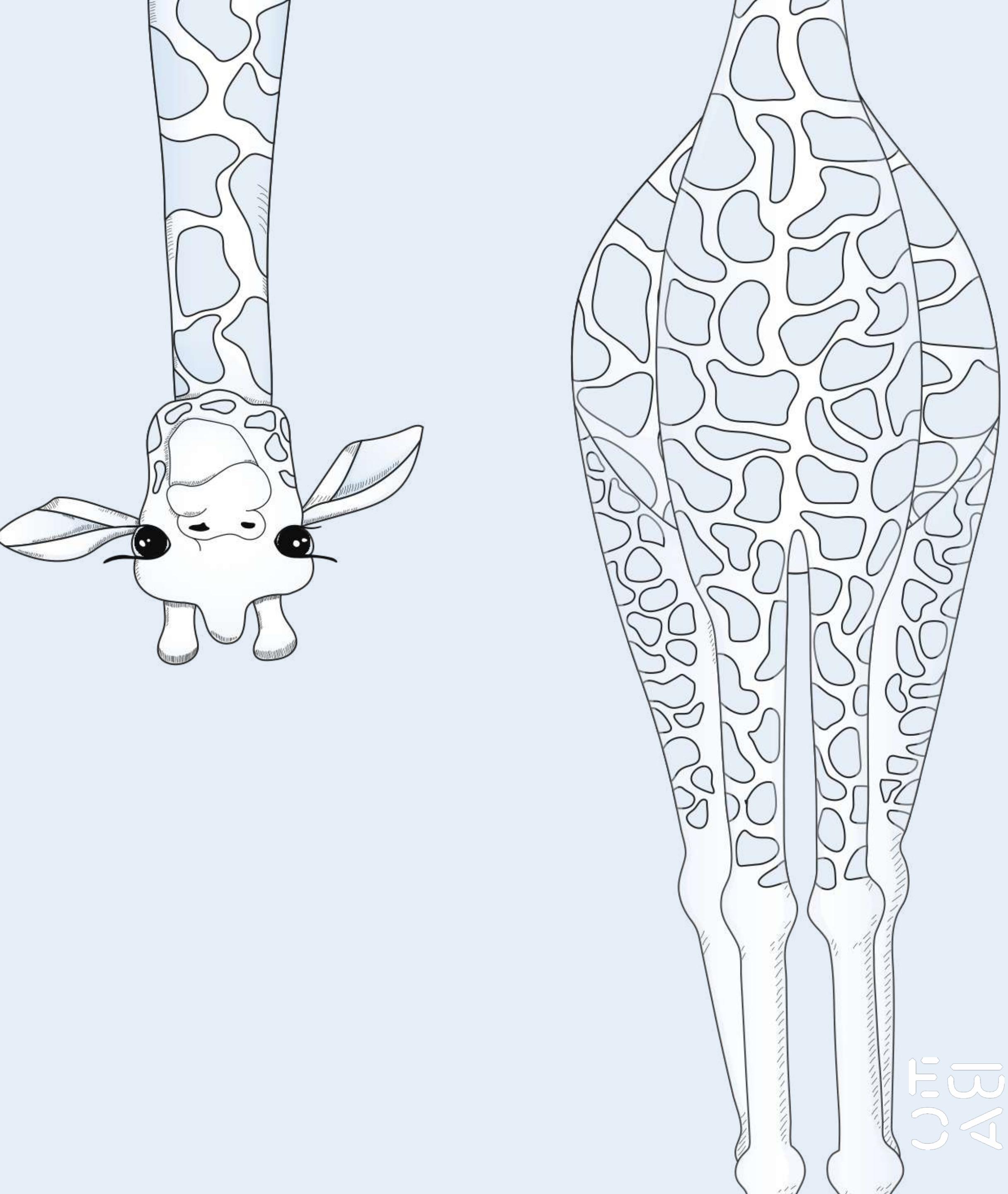


<https://www.youtube.com/watch?v=Ay846oJ8tfY>

# Os 4 passos da Empatia

## PASSO 1 - Observação

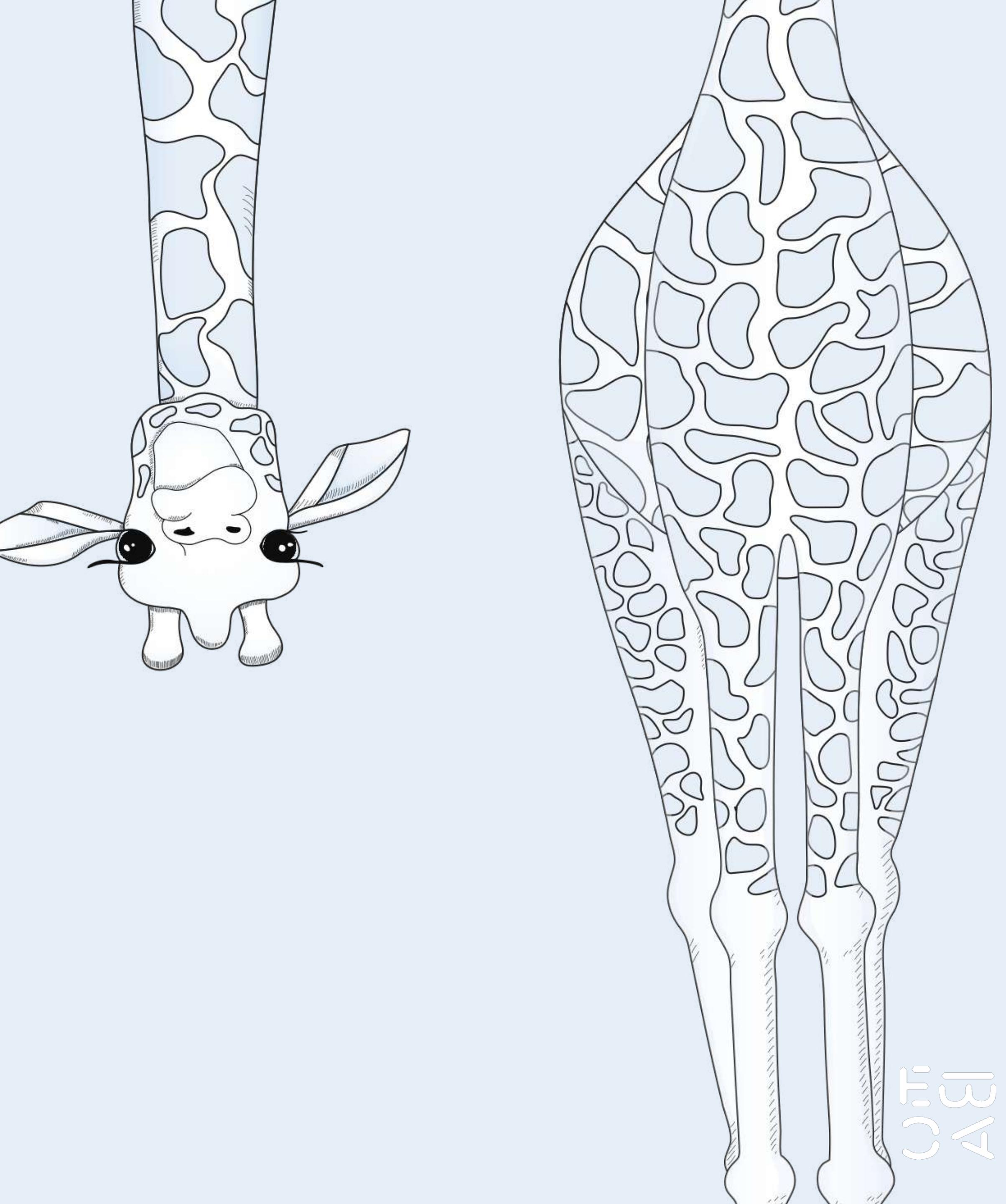
Ouça e atente-se ao que a pessoa tem a dizer sem julgamentos.



# Os 4 passos da Empatia

## PASSO 2 - Sentimento

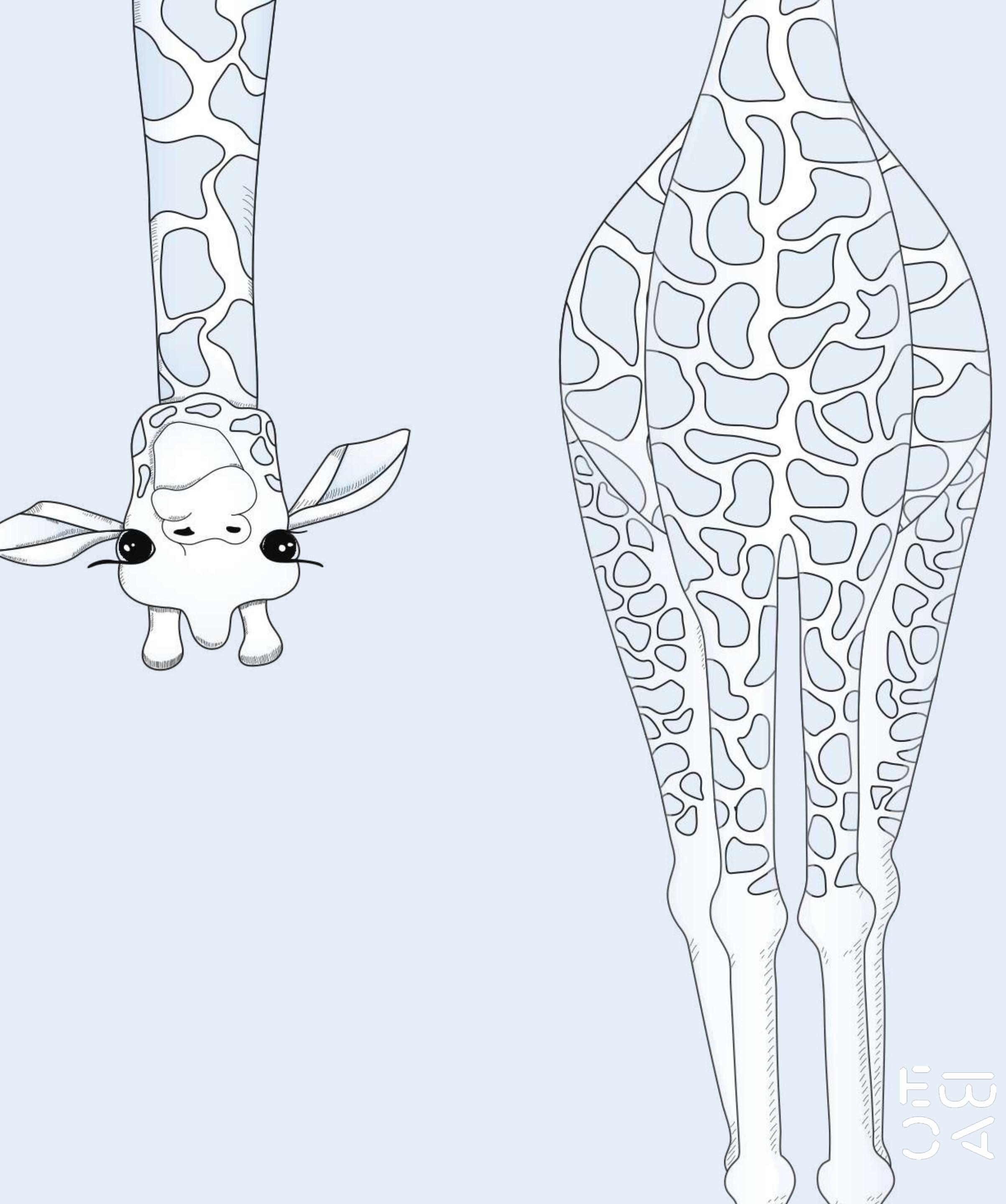
Citar o nome dos sentimentos. "Você ficou muito triste? Muito decepcionada?". Colocar em palavras, verbalizar o que o outro possa estar sentindo para que ele sinta-se à vontade e comente espontaneamente sobre o ocorrido.



# Os 4 passos da Empatia

## PASSO 3 - Necessidade

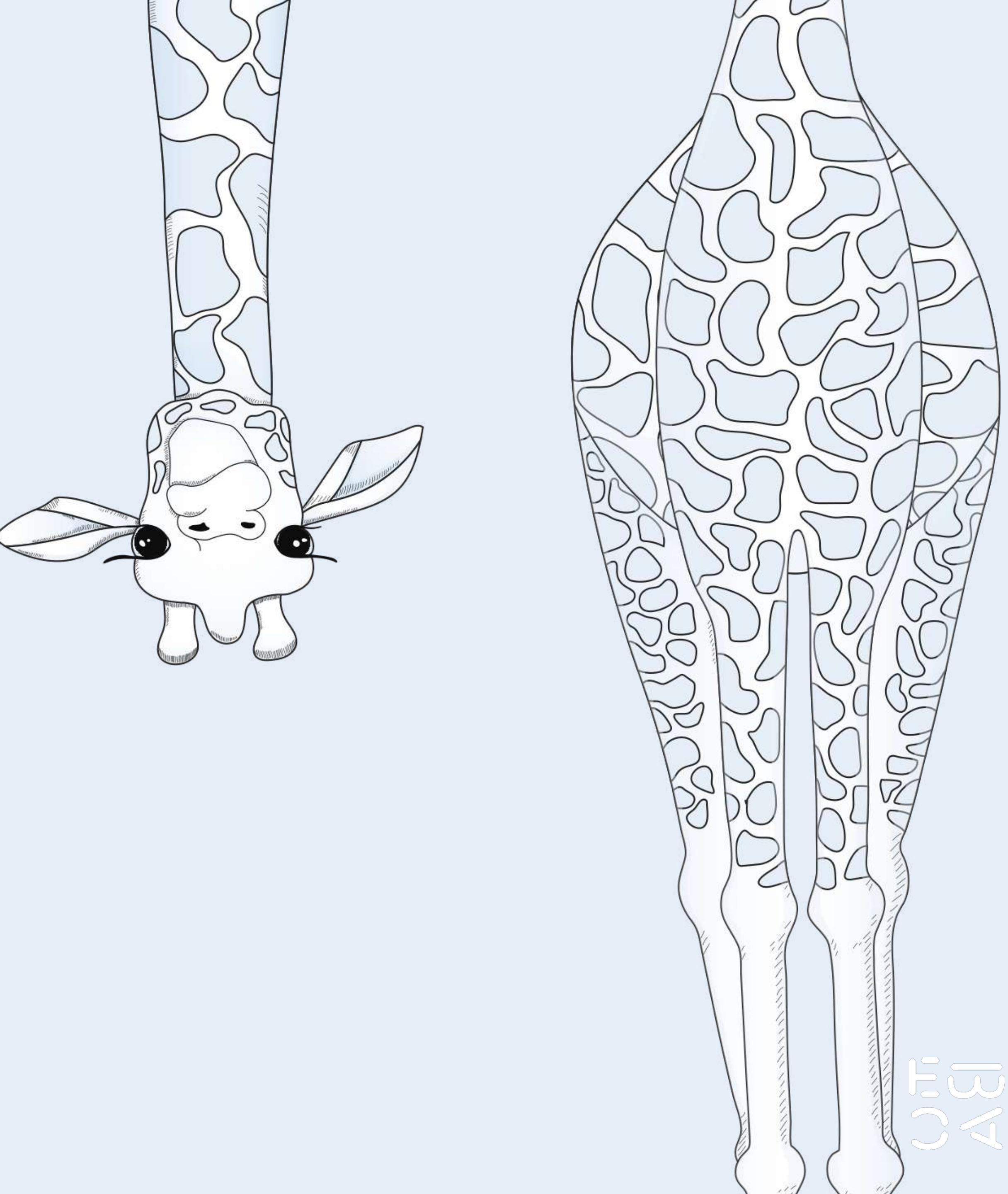
Investigue a necessidade da pessoa. Empatia é buscar pela necessidade do outro. Ouça atentamente e se pergunte “do que essa pessoa precisa nesse momento?”. “Por trás de todo sentimento negativo existe uma necessidade não atendida”, disse Marshal Rosemberg.



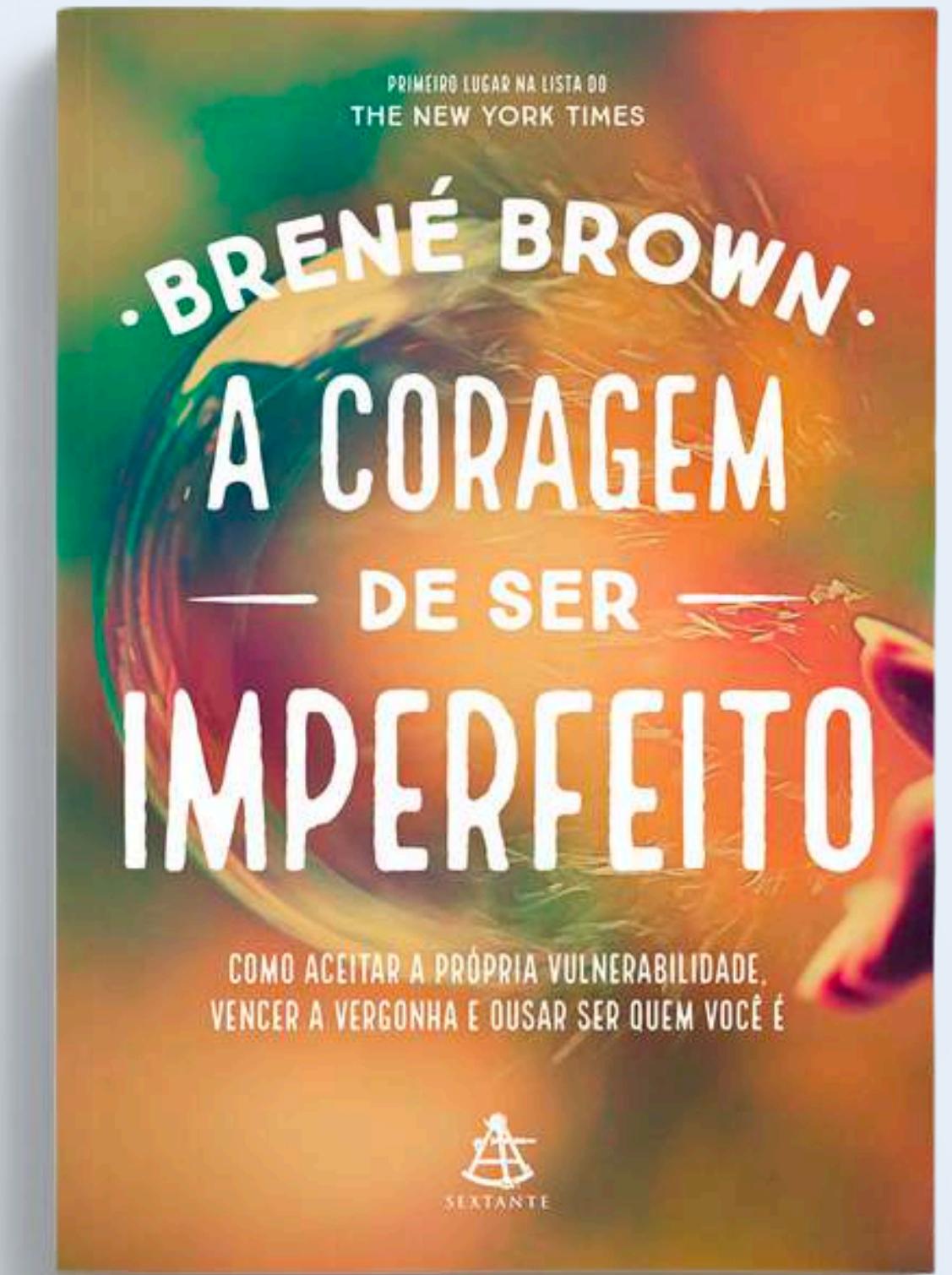
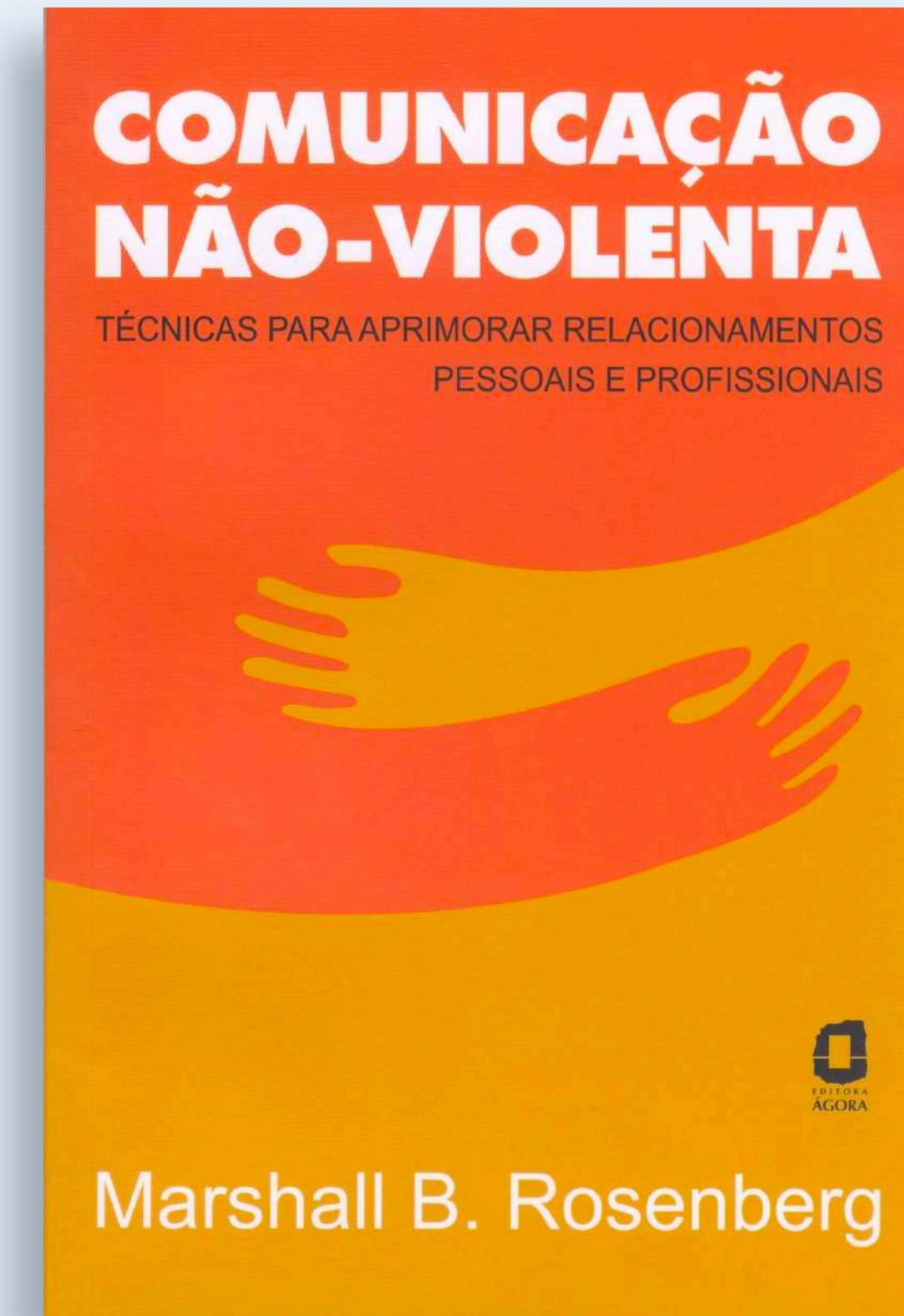
# Os 4 passos da Empatia

## PASSO 4 - Pedido

Ajude a pessoa a tirar uma ação ou fazer um pedido para que ela se sinta melhor.



# INDICAÇÃO DE LEITURA

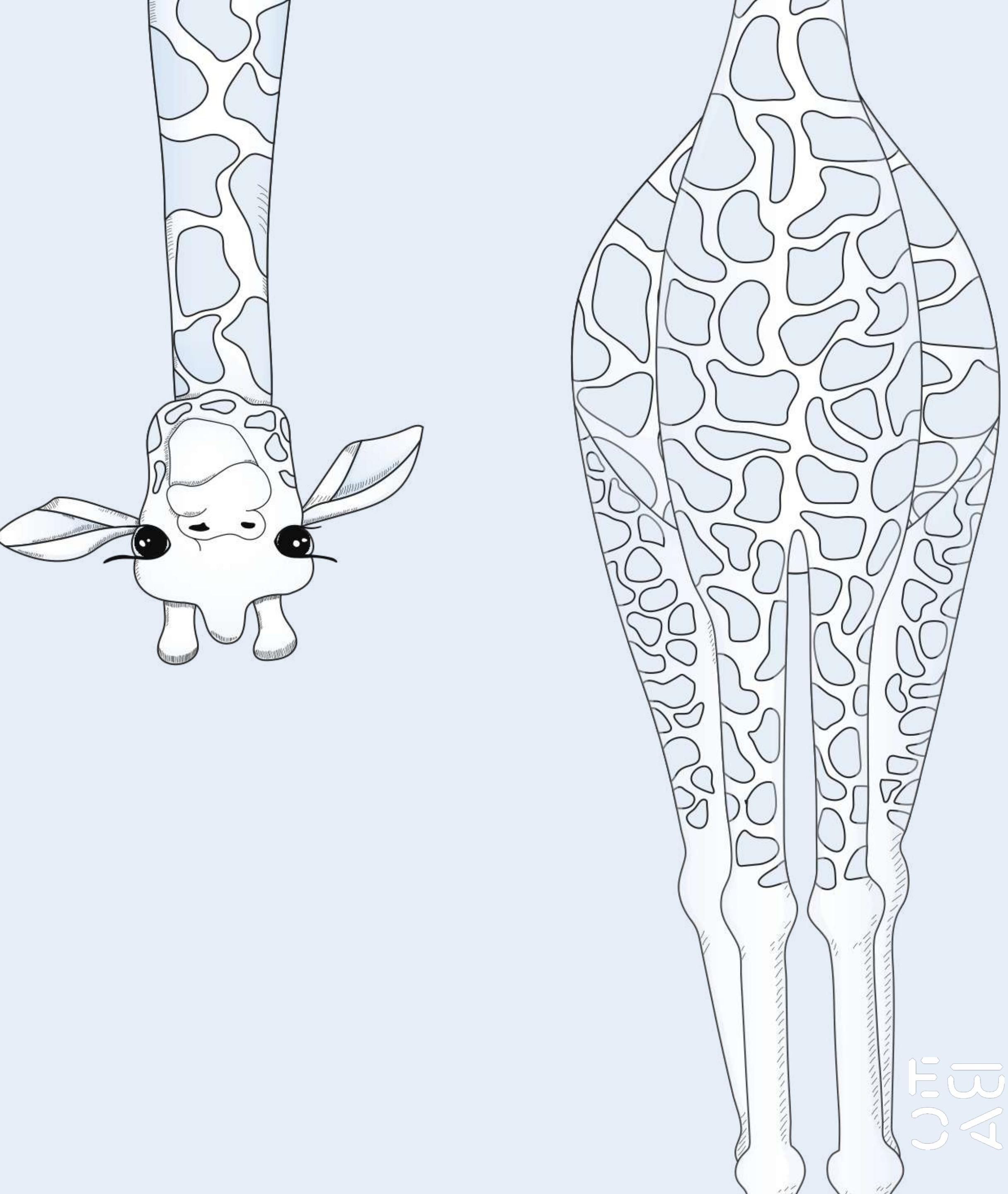


# Faça você mesmo

## Escuta empática

Esse exercício deverá ser feito com outra pessoa e deverá durar cerca de 10 minutos

1. Escolha uma pessoa (ume amigue, ume familiar, ume colega)
2. Peça para a pessoa escolher um objeto que represente algo para ela.
3. Peça para ela mostrar esse objeto e conte um pouco do motivo da sua escolha.
4. Ouça atentamente.



# Faça você mesmo

## Escuta empática

Escreva um texto e suba na nossa plataforma,  
abordando os 4 passos da empatia:

1. O que você observou?
2. Quais os sentimentos que estavam envolvidos?
3. Qual a necessidade que a pessoa externou?
4. Qual o contexto que você imaginou dessa pessoa?
5. O que você aprendeu durante o processo?

