

# تکیه‌گاه

راهنمای خودباوری و افزایش اعتماد به نفس

شانه‌ای برای امنیت

دستی برای صمیمیت

و قدمی برای موفقیت

طراحی پرسونا

باشگاه محتوا

مأده عابدینی

# ویژگی مخاطبان

## سن: ۱۸ تا ۲۸ سال

از زمانی که به دانشگاه راه پیدا می‌کنند تا زمانی که هدف اصلیشان در زندگی را پیدا کنند و به یک ثبات نسبی برسند

## جنسیت: ۹۰٪ خانم‌ها

به علت اشتباهات تربیتی و فرهنگ‌های غلط، بیشتر دچار کمبود اعتماد به نفس هستند. و بخاطر کمتر بودن فشار مالی بر روی این افراد، فرصت بیشتری برای پرداختن به رشد فردی دارند.

## اندازه خانواده: ۳ تا ۵ نفر

البته در بین بچه‌های دهه هفتاد، کمتر شاهد خانواده‌های ۵ نفره هستیم. اما در روستاها امکانش هست.

## وضعیت تاهل:

مجرد/ در رابطه

## سطح درآمد:

ماهانه ۰ تا ۵ میلیون

## تحصیلات: دیپلم، لیسانس و ارشد

این افراد تحصیلات را ادامه می‌دهند چون هدف دیگری برای خودشان پیدا نکرده‌اند. اکثرا به رشته تحصیلی‌شان بی‌علاقه‌اند

## دانشگاه: غیرانتقاعی، آزاد، پیام نور، دولتی

نداشتن اعتماد به نفس کافی و میل به موفقیت می‌تواند در

همه افراد درس‌خوان و غیر درس‌خوان مشاهده شود

- 
- 
- 
- 
- 
-

# ویژگی مخاطبان

## ویژگی‌های فردی

تاثیرپذیر، میل شدید به استقلال، تمایل به موفقیت، دست و دل باز، آرام، ایده‌آل‌گرا، محافظه کار و فروتن

## جغرافیایی: تمامی شهرهای ایران حتی روستاها

موانع رشد فردی که ما درباره‌اش حرف می‌زنیم شامل همه انسان‌هایی که در حال حاضر در ایران زیست می‌کنند می‌شود.

## اهداف زندگی

شناخت استعدادهای فردی، کنار گذاشتن ترس‌ها، افزایش اعتماد به نفس، حرکت در مسیر علاقه، کسب درآمد مناسب

## موانع زندگی

آموزش ناکافی، سرکوب خانواده، گرانی، عدم اعتماد به نفس برای ابراز وجود، عدم ریسک‌پذیری

- 
- 
- 
- 
- 
-

# مخاطب ویژه تکیه‌گاه



- نام: مونا (دوستانش مانا صدايش ميکنند)
- سن: ۲۳
- جنسیت: خانم
- وضعیت تاهل: مجرد
- محل سکونت: تنکابن
- اندازه خانواده: ۴ نفره - ۱ برادر کوچکتر
- سطح درآمد شخصی: ماهانه متوسط ۷۰۰ هزار تومان
- موقعیت جغرافیایی: مازندران - تنکابن - محله متوسط رو به بالا
- تحصیلات: دانشجوی لیسانس گفتاردرمانی - دانشگاه دولتی بهزیستی

# درباره مونا

**مهارت‌هایی که به واسطه شغلش کسب کرده است:**

ارتباط راحت‌تر با افراد، وقت شناسی، مسئولیت

**شغل پدر:** متصدی بانک - لیسانس

**شغل مادر:** کارمند شهرداری - بخش رسانه تصویری

**وضعیت برادر:** دانش‌آموز کلاس پایه نهم

**اقتصادی:** خودش کلاس D و خانواده کلاس B

**شغل:** ادمین اینستاگرام پیج فروش قاب و اکسسوری  
گوشی آیفون

**ساعات کاری:** به صورت پاره وقت و دورکار

**دلیل انتخاب شغل:** صرفاً برای کسب درآمد و مستقل

شدن به تقلید از بقیه هم‌سالانش. آسان بودن این شغل

**سابقه کار:** ۹ ماه

**بیمه:** تحت کفالت پدر

- 
- 
- 
- 
- 
-





**مونا خودش را اینگونه**

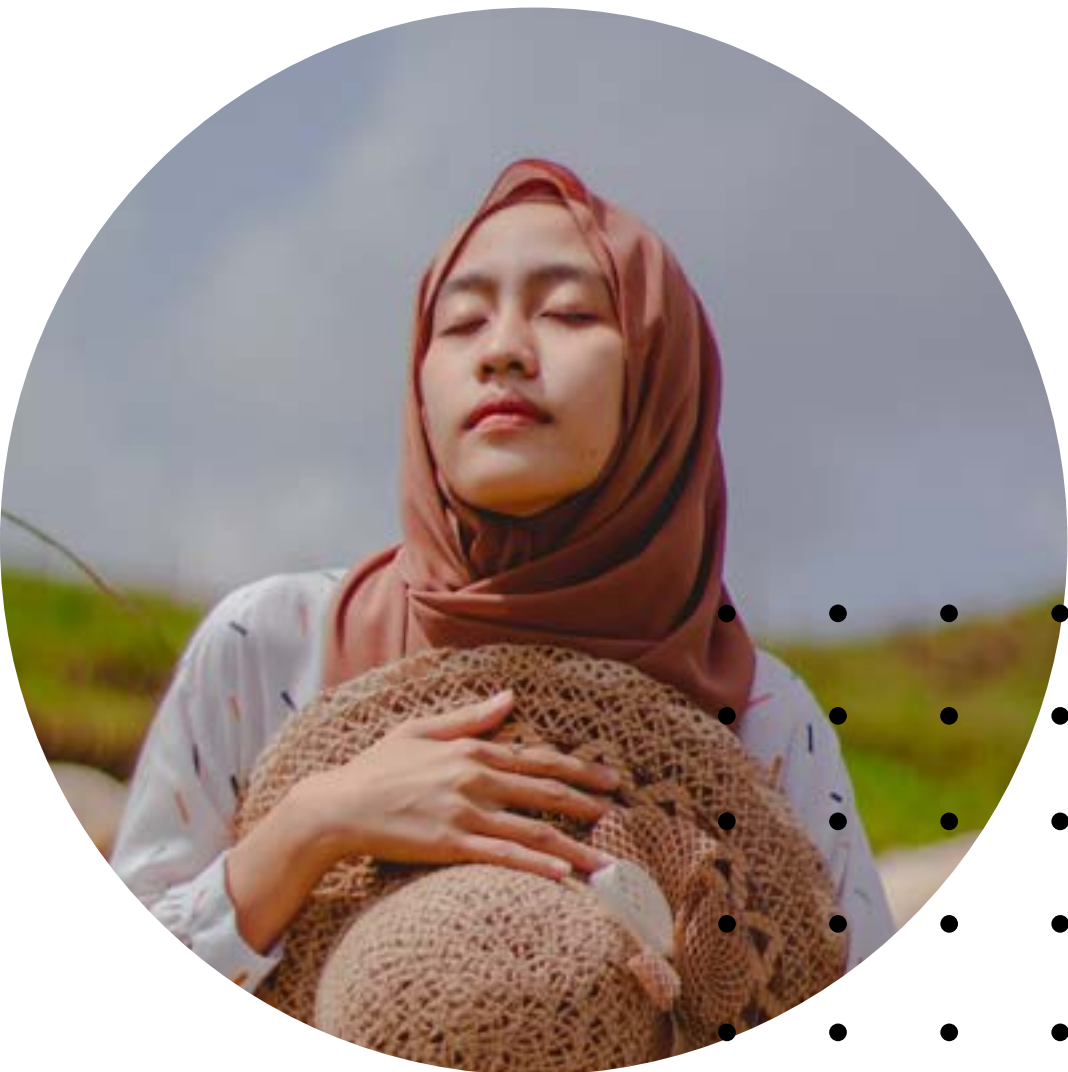
**توصیف می کند**

**دختری آرام، خوش ذوق، با گیرایی**

**بالا که میل به پیروزی دارد و در**

**انتظار یک معجزه است.**





# تیپ شخصیتی مونا

**INFJ: درون گرا - شهودی - احساسی - قضاوتی**

مونا ساکت، مهربان و رقیق‌القلب است.

از تصور و تخیل غنی برخوردار است و به تجربیات دیگران بها می‌دهد.

خلاق و کمال‌طلب است و ایده‌آل‌های خود را ترجیح می‌دهد.

کار کردن در مکان‌هایی بی‌سروصدا را دوست دارد.

او خواهان تحسین و احترام است ولی دوست ندارد توجه دیگران را به خود جلب کند.

## هدف‌های پیش

به رشته‌اش علاقه چندانی ندارد و مسیر رشد در آن را برای خود دور می‌بیند. شغل فعلیش را صرفاً بخاطر دانشجو بودن انتخاب کرده است. اما بیش از آنچه فکر می‌کند وقت گیر است. هدفش دقیقاً مشخص نیست. پر از تردید است. و دائم افراد مختلف را رصد می‌کند و از آن‌ها الهام می‌گیرد.

## ارزش‌های پیش

دوستی و رفاقت - احترام به خانواده و فامیل - دخالت نکردن در کار بقیه - پذیرفتن همه گرایش‌های جنسی مختلف - سبک زندگی‌های ساختارشکنانه - قدرت داشتن خانم‌ها - احترام به ادیان - آزادی بیان - رفتار مودبانه - نقد محترمانه - آزادی عمل - رشد و کمک گروهی.

## انگیزه‌های پیش

گرچه خانگی‌اش - دخترخاله کوچک‌اش - گروه دوستی ۳ نفره‌شان به نام پیژامه - جایزه‌های سلبریتی محبوبش - چت‌های خنده‌دار دوستانه - هدیه‌های بی‌مناسبت مادر بزرگش - کاکتوس‌هایش - کتابهای هری پاتر دوران نوجوانی‌اش - تجدید رنگ لاکش - کلکسیون صدف‌هایش - درست کردن دستبند - خرید کفش جدید - رویایش برای تبدیل شدن به یک فرد مهم - داستان‌های عاشقانه تخیلی.

## افتخاراتش

شاغل بودن مادرش - گیر ندادن پدرش - دوستی ۱۲ ساله‌اش با ناهید از دبستان تا به الان - دماغ متناسبش - قدرت یادگیری بالایش - تعصب نداشتنش - برند کفش‌هایش - ایرانی بودنش - تیپ پدرش - پسردایی‌اش که استاد دانشگاه کنکور دیپای کانادا است - دهه ۷۰ بودنش - علاقه‌مندی زیادش به اشعار مولوی .

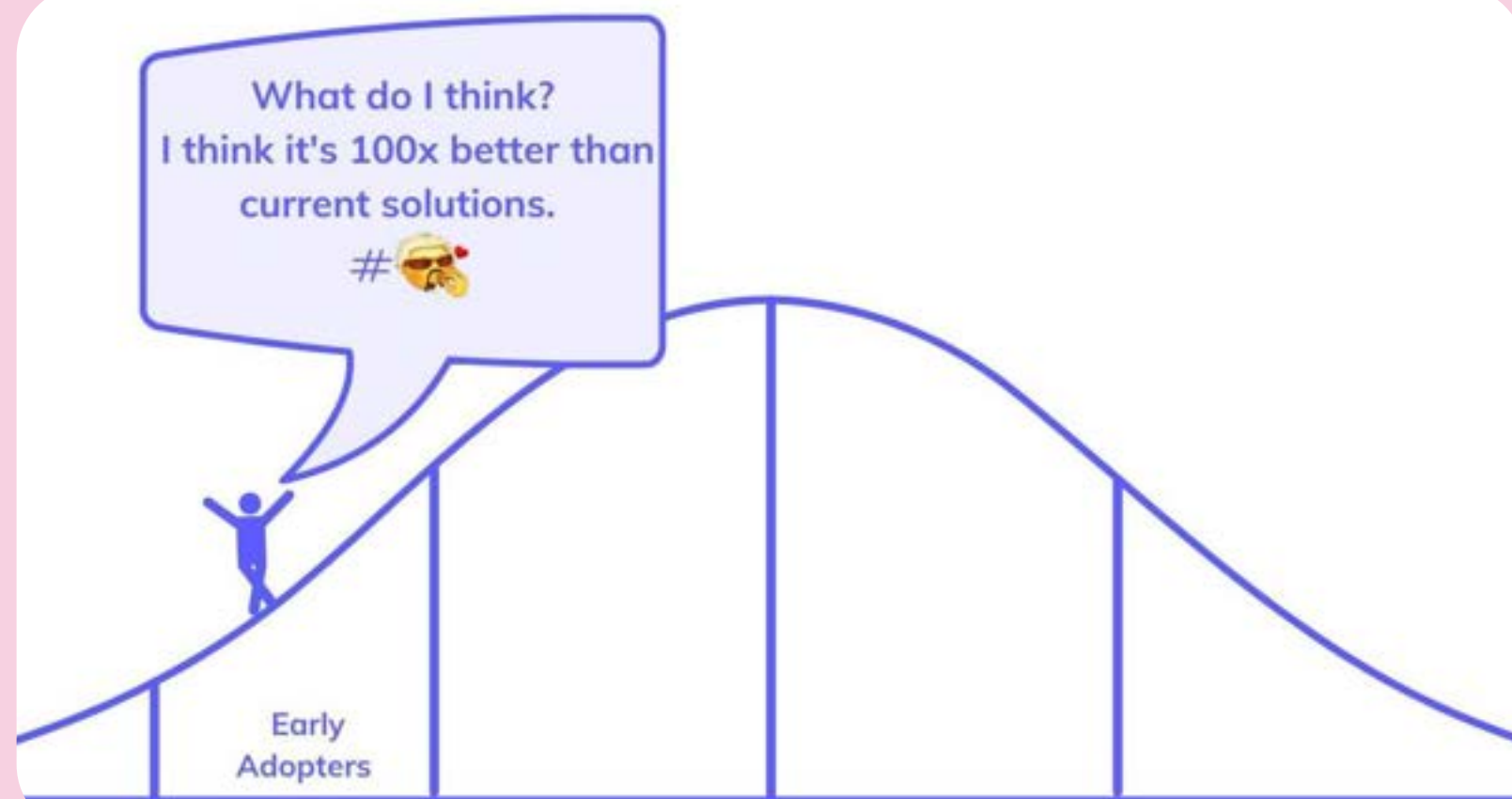
**با مونا بیشتر آشنا شویم**



# موقعیت مونا در بازار

## پذیرندگان آغازین (EARLY ADOPTERS)

مونا جز افرادی است که از کارهای نو استقبال می‌کند و چون فرد قضاوت‌گری نیست به راحتی آن را می‌پذیرد. او همیشه به دنبال یک فرصت است که برایش مثل یک معجزه عمل کند. اصولاً جز مشتری‌های اولیه است و زودتر از دیگران از یک محصول یا تکنولوژی استفاده می‌کند. او با استفاده از محصول و دادن بازخورد، باعث می‌شود تا بتوان نقایص محصول را بهبود داد، در هزینه و وقت صرفه‌جویی کرد و نفوذ محصول را در بازار افزایش داد.



## نقاط ضعف:

از خودش دفاع نمی‌کند - همیشه در حاشیه است - در انجام امور کند است - تا حدودی شلخته است - سرکلاس تمرکزش پایین است - قدرت ابراز وجود ندارد - خودش رو دست کم می‌گیره - می‌دونه تواناست اما به خودش اعتماد نداره - نمی‌تونه به هدف مشخص رو در نظر بگیره - مدام از این شاخه به اون شاخه می‌پره - اعتماد به نفس کم

## قوت:

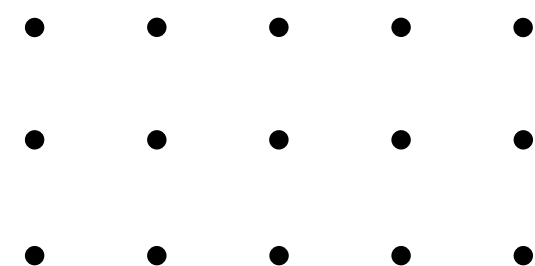
از موفقیت دیگران خوشحال می‌شود و حسود نیست - تلاشگر است - به آینده امیدوار است - جهان را مثبت می‌بیند - کینه به دل نمی‌گیرد - به آثار شعر و ادبیات فارسی مسلط است - جروب‌بحث نمی‌کند - حرف‌های درست رو می‌پذیره - به رشد فردی ش اهمیت میده - علاقه به کسب مهارت - تلاش برای تغییر

## فرصت:

از نظر سنی فرصت خوب برای رشد فردی - زمان مناسب برای یادگیری یک کسب و کار و کسب تجربه - فرصت مهاجرت تحصیلی در آینده - متخصص شدن در حوزه مد نظرش - شخصیتش رو در این سن به راحتی می‌تونه ارتقا بده

## تهدید:

امکانات کم شهر کوچک - ناتوانی در مستقل شدن - نداشتن فرصت کار حضوری در شرکتهای بزرگ - تورم و دور شدن از رویاها - انتخاب نادرست هدف زندگی - امکان شکست‌های پی در پی



# مونا به دنبال چه می‌گردد

## • اهداف کوتاه مدت

توانایی راحت صحبت کردن و نظر دادن در جمع -  
یادگیری یک مهارت جدید و پولساز - بیشتر کردن دایره  
دوستانش - یادگیری برنامه‌ریزی درست - توانایی قدرت  
تحمل شکست‌ها - یادگیری منظم کردن ذهنش

## • اهداف بلند مدت

در حوزه خودش متخصص شود و برند خودش رو  
تاسیس کنه و خانواده به او افتخار کنند. فرد موثری  
شود که به مصاحبه و سمینارها دعوت شود.

## • جایگاه رویایی

دقیقا برایش مشخص نیست . اما بیشترین چیزی که  
همیشه در ذهنش دارد، این است که بتواند فرد  
تاثیرگذاری شود و با اعتماد به نفس بتواند در زمینه  
طراحی جواهرات برند شخصی خودش رو داشته باشد.



# افراد تاثیرگذار در زندگی مونا



مادربزرگ: تاثیر در جهت آرامش روحی

پادکست هلی تالک و رواق: تاثیر در جهت شناخت خوب و استعدادها

دوست صمیمی و قدیمی‌اش: تاثیر در جهت پشتیبان و هم‌دل و هم‌زبان و حامی

اینستاگرام مانی نریمانی، نبات، هیرو شیما: تاثیر در جهت مستقل و موفق

شدن خانم‌ها



# منابع کسب اطلاعات مونا

• • • • •

**اینستاگرام و تویتر و گروه های واتسآپی**

بیشتر اطلاعات طنز، ترند، موسیقی و انرژی مثبت

**کتاب**

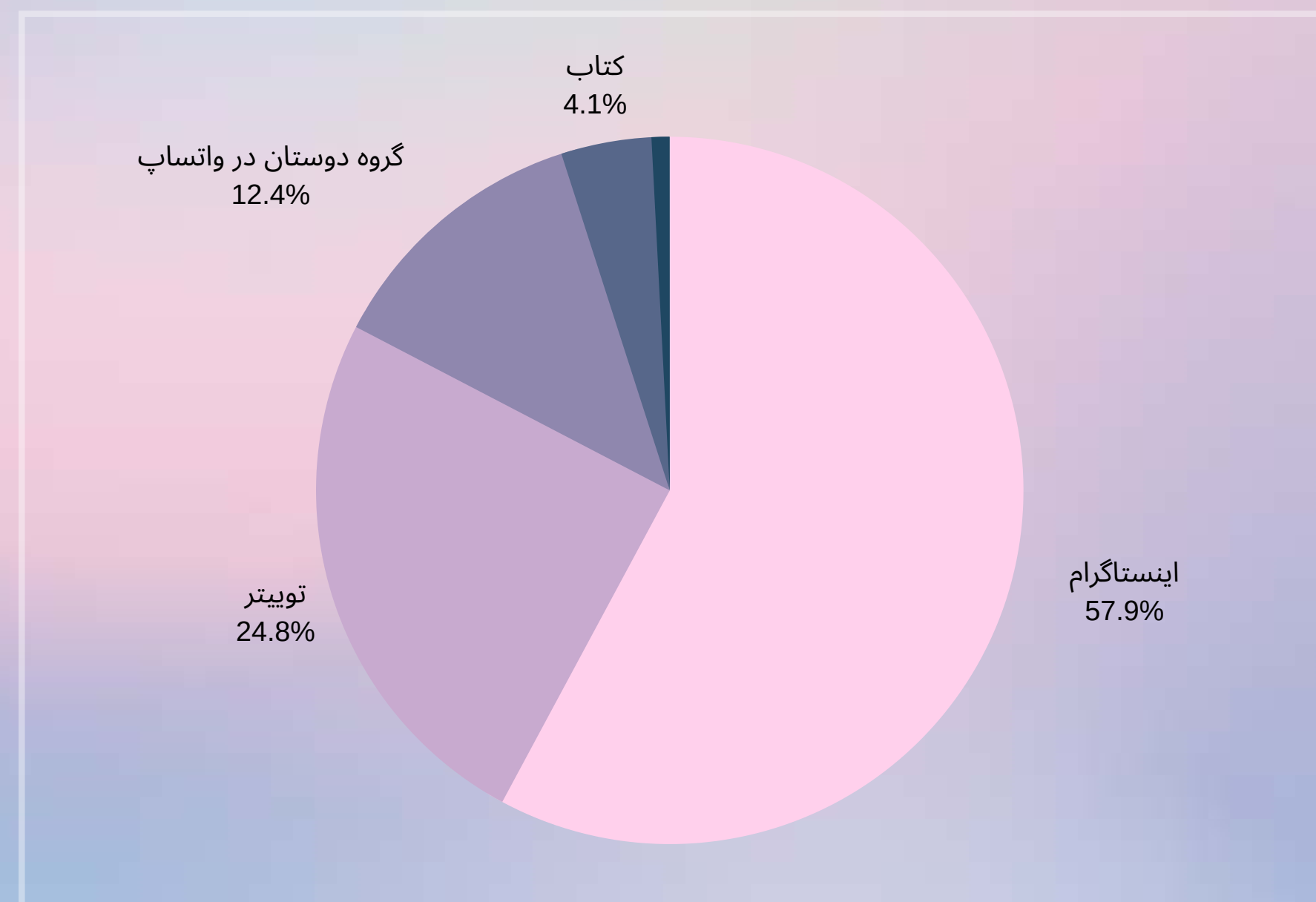
بیشتر کتاب های شعر و ژانر تخیلی ، کتابهای صوتی و پادکست، به شرطی که صدای گوینده اش خواب آور نباشد

**اینترنت**

تقریبا تمام سوالاتش را در سرچ گوگل جستجو می کند. یا از دوستش می پرسد.

**تلویزیون**

بسیار کم.



# ترجیحات محتوایی

## متنی

محتوای متنی بیشتر در قالب استوری

## ویدیویی

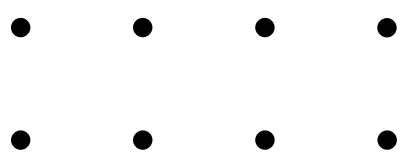
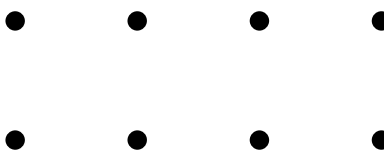
کوتاه، تیک تاکی، تاثیرگذار

## صوتی

به صورت پادکست با موضوعات توسعه فردی و شناخت بهتر خود

## آموزشی

ترجیحا رایگان یا با حداقل قیمت



# سبک زندگی مونا

## روزهای تعطیل

صبح: خواب تا ۱۰، بعد از بیدار شدن چک کردن گوشی، خواب دوباره تا ۱۲

ظهر: ناهار با خانواده، گوشی، حمام، گوشی

عصر: تماشای سریال مورد علاقه، چای با خانواده

شب: رفتن به منزل مادر بزرگ، شام

نصف شب: گوشی، خواب

## روزهای غیرتعطیل

صبح: بیدار شدن ۷، چک گوشی در راه دانشگاه، دانشگاه

ظهر: ناهار در دانشگاه، صحبت با دوستان

عصر: کلاس زبان، گوش دادن به پادکست در راه برگشت

شب: حمام، شام، تمرین زبان/سریال

نصف شب: گوشی، خواب



### مرحله ۳

تبلیغات در استوری  
اینفلوینسرهای خانم  
موفق و پیج‌های عمومی  
موفقیت



### مرحله ۲

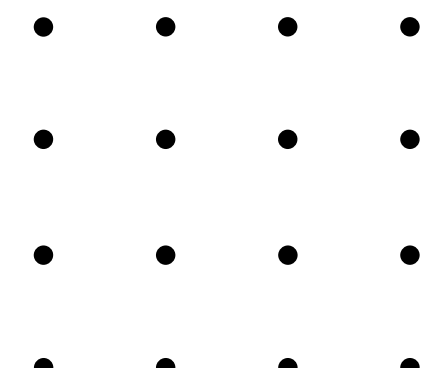
تولید محتوایی برای  
طرح دغدغه و آموزشی  
برای رفع آن



### مرحله ۱

طراحی یک پیج  
اینستاگرام با سلیقه بصری  
او - مینیمال و قابل فهم

## چگونه با مونا آشنا شویم





# چرا مونا ما را انتخاب می کند

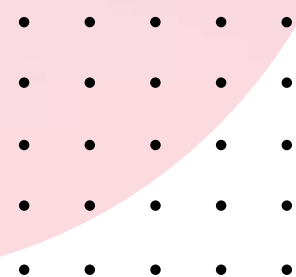
- حس تنهایی در مشکلاتش را از بین می بریم.
- تجربه های مفید برایش به اشتراک می گذاریم.
- گوش شنوایی برای شنیدن نظراتش می شویم.
- به بیشتر شدن جهان بینی اش کمک می کنیم.
- بدون قضاوت کمکش می کنیم.
- راه های درست و اشتباه را نشانش می دهیم.
- رشد شخصی و تغییراتی که مانع آن می شود را بیان می کنیم.
- شعار نمی دهیم! بازارگرمی نمی کنیم! و تنها حقایق را می گوییم.

# تکیه‌گاه چه می‌کند

همان‌طور که از اسم برند مشخص است، قصد داریم اعتماد افراد رو در همان لحظه اول مواجهه با اسم‌مان، جلب کنیم. در کنارش حس کنجکاوی افراد را برای دنبال کردن مطالبمان بدست آوریم.

**مونا** نیاز شدید به کسی دارد که توانایی‌هایش را برایش نمایان کند و این اطمینان را بدهد که او کامل است و برای موفق شدن فقط به کمی اعتماد به نفس و چند مهارت نیاز دارد.

تکیه‌گاه همان‌جایی است که به مونا حس رشد و توانستن را منتقل می‌کند، دغدغه‌هایش را درک می‌کند و هم‌گام با او به رفع آن‌ها می‌پردازد.



# رابطه ما با مونا

بعد از اینکه یکی از عادات مونا چک کردن مستمر صفحه اینستاگرام تکیه‌گاه شد، او و بقیه اعضای پیج که دغدغه مشترک با مونا دارند به یک لایو دعوت می‌شوند و برای اولین بار کسی که تمام این مدت، دوستانه برای آن‌ها از تجربیاتش می‌گفت را می‌بینند

تکیه‌گاه در دایرکت لینک‌های کتاب‌ها و آموزش‌های مفید برایش ارسال می‌کند اما مونا طالب لقمه آماده است و حوصله خواندن و دیدن محتواهای طولانی که نویسنده و گوینده آن را دقیق نمی‌شناسد ندارد. پذیرش او از یک دوست بیشتر است و چه کسی بهتر از تکیه‌گاه

در ابتدا در پیج اینستاگرامش سعی می‌کند اطلاعات پایه را به او بدهد و سخاوتمندانه برای رشد او تلاش کند. لحن صحبت تکیه‌گاه صمیمی است و پر از مثال‌ها و تجربیات است که مونا با آن‌ها همذات پنداری می‌کند و تعاملش در ریپلای استوری‌ها و دایرکت شروع می‌شود.

در این لایو، یک خبر خوش داده می‌شود که آموزش‌هایی برای رشد فردی، شناسایی هدف و مستقل شدن به مرور و هفته‌ای یکبار در قالب اپست با مخاطبین به اشتراک گذاشته می‌شود. و البته یک کتاب کوچک الکترونیکی هم معرفی می‌شود که می‌توانند با خرید آن، همه راهکارها را یکجا دریافت کنند. این افراد به مدت اماه فرصت مشاوره رایگان درباره دغدغه‌هایشان را هم دارند. پس مونا که لقمه کوچک و آماده را می‌پسندد قطعا لقمه دوم را انتخاب می‌کند و در کنارش از اینکه فرصت مشاوره و گفتگو دارد حس بهتری کسب می‌کند.

و این تازه شروع ماجراست. به مرور در واتساپ پیام‌های هفتگی برای مونا ارسال می‌شود. دعت به شنیدن پادکست‌های مجموعه و وینارها می‌شود. همچنین محصولات هدفمندتری تولید می‌شود تا به افراد کمک کند قدم موثر در شناخت و باور توانایی‌هایشان و پذیرش نقص‌هایشان داشته باشند.

# سپاسگزارم

مائده عابديني

باشگاه محتوا

بهار ۱۴۰۱