

WORKSHOPS

PECULIAR
DESIGN | CAREER | HAPPINESS

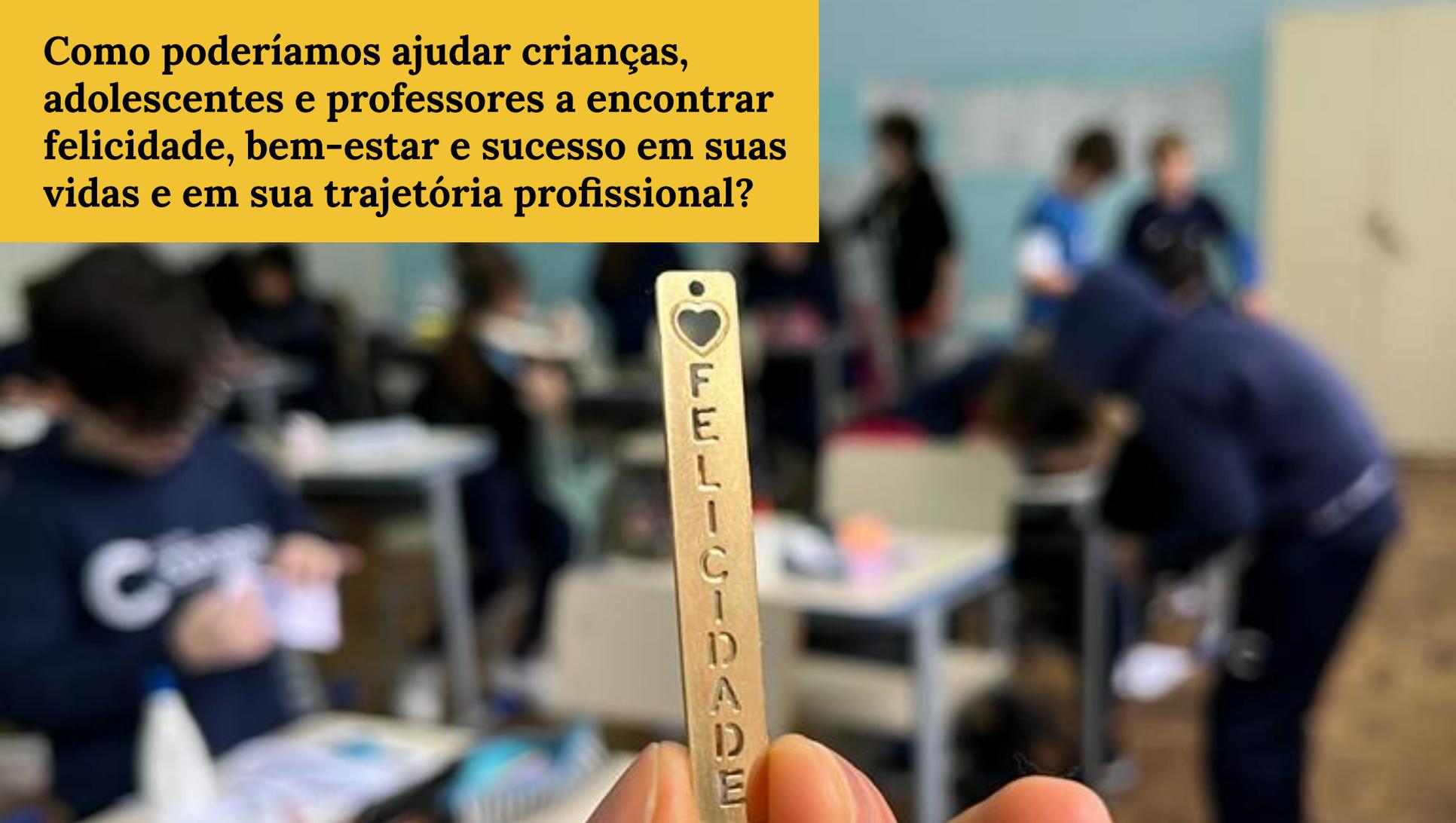
Design Thinking e a Ciência da Felicidade Aplicados ao Bem-Estar e à Carreira

Uma experiência prática para crianças, adolescentes e professores

Proposta



Como poderíamos ajudar crianças, adolescentes e professores a encontrar felicidade, bem-estar e sucesso em suas vidas e em sua trajetória profissional?



Autoconsciência



No mundo conectado e globalizado de hoje, nos sentimos pressionados pelas demandas sempre urgentes e crescentes. Muitas vezes não cuidamos do nosso bem-estar, resultando em estresse e esgotamento.

Nos sentimos ansiosos e intimidados pelas inúmeras possibilidades e barreiras do mercado de trabalho. Frequentemente, temos dificuldade em reconhecer nossas aptidões e apresentar nossas habilidades enquanto tentamos escolher caminhos de vida que se alinhem com nosso propósito.

Além disso, em uma economia global cada vez maior, nos sentimos mais pressionados para o sucesso do que para a realização.



Experimentação



E se fosse possível descobrir e implementar novos hábitos que trouxessem mais significado e propósito à vida?

E se fosse possível avaliar oportunidades com base em onde encontrar inspiração e testá-las de forma rápida, econômica e sem riscos antes de definir um curso?

E se fosse possível experimentar caminhos para verificar se faz sentido, antes de investir vários anos de vida em uma direção?



Confiança Criativa



Isso é possível combinando a abordagem do **Design Thinking** com a **Ciência da Felicidade**. Nesse processo, é dedicado um tempo para o autoconhecimento, para explorar possibilidades, planejar um experimento e realizar testes simples.

Durante a fase de exploração, os alunos adquirem autoconhecimento, confiança criativa e análise crítica que ajudam a pensar fora da caixa e além do óbvio. Começam a perceber habilidades e formas de processamento de aptidões, levando em conta possíveis trajetórias de vida.



Possibilidades



Como resultado, adquirem insights que se alinham com seus objetivos e bússola pessoal.

Sente mais confiança para responder à perguntas difíceis:

- Qual caminho desejo seguir?
- Que conexões trarão as mudanças que desejo na vida e como posso testar ideias para verificar quais são as melhores maneiras?
- Este caminho está ligado à minha ideia de felicidade e sucesso?
- Como posso tornar meu dia-a-dia mais feliz com essas ideias?



Descoberta
Criatividade
Propósito
Felicidade
Empatia
Gentileza
Profissão
Aptidões
Bem-estar
Resiliência
Gratidão
Perdão
Conexão
Otimismo



Workshops



Oferecemos oficinas práticas focadas em bem-estar, felicidade e escolhas profissionais, buscando trazer novos pontos de vista para o projeto de vida de cada pessoa.



Nossos Workshops



WORKSHOP FELICIDADE E BEM-ESTAR



Os alunos se envolvem em atividades com foco em aumentar seu bem-estar e felicidade. Os tópicos explorados são: bem-estar, emoções positivas, engajamento, relacionamentos, significado, realização, empatia, bullying, bondade, perdão, resiliência, gratidão, entre outros.

WORKSHOP FELICIDADE E CARREIRA



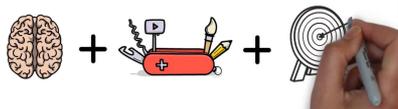
Os alunos adquirem conhecimento, experiência e confiança na escolha de seu caminho de vida profissional. Os tópicos explorados são: bem-estar, felicidade, habilidades, descoberta, autoconhecimento, emoções positivas, engajamento, trajetórias de carreira, criatividade, significado, realização, experimentação, entre outros.

Aulas e Ferramentas



AULAS

Design Thinking



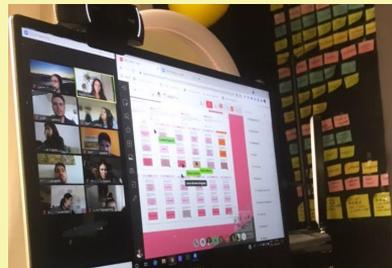
Aulas com explicações sobre os principais conceitos e práticas (ao vivo ou gravadas).

FERRAMENTAS



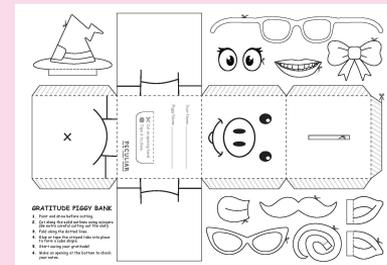
Todos os participantes têm acesso a um kit de ferramentas que inclui um passo a passo detalhado de cada exercício prático.

ENCONTROS



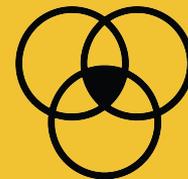
Durante os encontros, o professor responde às perguntas e permite que os participantes aprendam uns com os outros.

MODELOS



Algumas práticas vêm com um modelo para apoiar e orientar a atividade.

Nossa Abordagem



DESIGN THINKING



Design Thinking é um processo e um conjunto de ferramentas para resolver problemas priorizando as necessidades e motivações das pessoas acima de tudo. Baseia-se em observar, com empatia, como as pessoas interagem com seus ambientes.

DESIGN SPRINT



O Design Sprint é um processo que utiliza o Design Thinking e possui um tempo bem definido, conjunto de tarefas e um grupo de participantes para desenvolver projetos e soluções inovadoras em um curto espaço de tempo.

CIÊNCIA DA FELICIDADE

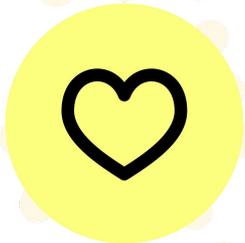


A Ciência da Felicidade é o estudo científico, dentro do campo da Psicologia Positiva, que analisa e propõe práticas para a felicidade e o bem-estar das pessoas.

Nosso Processo



1. DESCUBRA



2. DEFINA



3. EXPLORE



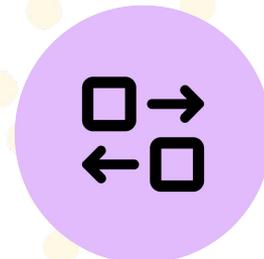
4. PLANEJE



5. TESTE



6. REVISE



Descubra e Defina



REDESCOBRINDO O EU

Nesta fase, o aluno se envolve em atividades de auto-exploração. Identifica e analisa aptidões, sonhos e desejos pessoais, bem como sua própria definição de bem-estar, felicidade, trabalho e sucesso.



DEFININDO OBJETIVOS

Ao escolher objetivos e identificar barreiras, o aluno seleciona uma área de sua vida para explorar.

Explore e Planeje



EXPLORANDO POSSIBILIDADES

Usando imagens e palavras, o aluno cria um mapa mental ligando ideias criativas que levam a novas possibilidades dentro da área de interesse.



CRIANDO UM PLANO

Com a visão do todo, o aluno cria um plano para explorar um caminho mais a fundo, experimentar e aprender com a experiência.

Teste e Revise



TESTANDO ALTERNATIVAS

Nesta fase, o aluno realiza um “experimento”. Por exemplo, pode repetir um exercício de gratidão por duas semanas, visitar uma organização, assistir a uma palestra, conversar com um profissional ou se envolver em trabalho voluntário.



REVISANDO A EXPERIÊNCIA

Por fim, o aluno avalia o que gostou ou não, analisando informações e sensações sobre suas escolhas, além de planejar um novo experimento focado em verificar suas suposições e planejar ações claras para o futuro.

Opção 1 - Workshop Facilitado



Descrição do Workshop

Este workshop apoia alunos e professores na exploração dos conceitos de bem-estar, felicidade e sucesso nas suas vidas. Está disponível com foco em “Bem-estar e Felicidade” ou “Carreira e Felicidade”.

**Workshop
(até 15 participantes
online e 30 presenciais)**

- 4 encontros de 3 horas cada - online ou presencial (12 horas total).*
- Acesso a conteúdos e materiais adicionais para download e impressão.

*Verifique as opções de aulas gravadas ou carga horária reduzida

Investimento

- A ser determinado pela opção (ao vivo, gravado, presencial)

Opção 2 - Licença e Treinamento de Facilitadores



Descrição do Workshop

Este workshop treina facilitadores para realizar workshops que ajudam jovens a explorar os conceitos de bem-estar, felicidade e sucesso. Está disponível com foco em Bem-estar e Felicidade ou Carreira e Felicidade.

**Workshop
(até 15 participantes
online e 30 presenciais)**

- Direitos de ensinar o conteúdo e usar materiais protegidos por direitos autorais por 1 ano.
- 3 encontros de 3 horas cada - online ou presencial (9 horas total).*
- Acesso a conteúdos e materiais adicionais para download e impressão.

*Verifique as opções de aulas gravadas

Investimento

- A ser determinado pela opção (ao vivo, gravado, presencial)

Júlia Dias - *Facilitadora*

Roberto Faller - *Facilitador*

Designer de produto, com especializações em design estratégico e em ciência da felicidade. Se encanta pela conexão entre design e felicidade, pela possibilidade da busca por soluções criativas, com testes rápidos e maneiras de aumentar o bem-estar. Desde 2004, vem desenvolvendo, colocando em prática e auxiliando profissionais de diversos países na descoberta e criação do trabalho, carreira e de uma vida com mais sentido, sucesso e felicidade. Já trabalhou com diversas empresas nacionais e interna-



cionais, como Sanremo, Termolar, Unknowns (França), NTNU e Løpe Design (Noruega), como sócia/ fundadora de diversas startups e consultora do SEBRAE. Atualmente é sócia da Peculiar Design e professora na enihilo (Frankfurt).

[linkedin.com/in/juliadias/](https://www.linkedin.com/in/juliadias/)

Combinando design e pesquisa para revelar o lado pessoal e humano de nossas experiências cotidianas, Roberto gosta de criar produtos, jogos e serviços que envolvam audiências de maneira significativa. Ele possui um PhD em Design pelo Illinois Institute of Technology, onde trabalhou em projetos de grande escala para várias iniciativas, incluindo espaços de incubadoras e serviços de prevenção do câncer. Roberto aprimorou suas habilidades analíticas e de liderança ao obter um bacharelado em Engenharia Mecânica Industrial e um mestrado em Engenharia de Materiais. Ex-professor de design de produto, Roberto aplica habilmente os princípios do design centrado no usuário para desenvolver e dar vida a novas ideias.



[linkedin.com/in/robertofaller/](https://www.linkedin.com/in/robertofaller/)

Pavlo Bazilinskyy

- Desenvolvedor

Marco Masia

- Especialista em treinamento

Pavlo é professor assistente na TU Eindhoven com foco na interação orientada por IA entre veículos automatizados e outros usuários da estrada. Ele terminou seu doutorado na TU Delft em feedback auditivo para condução automatizada como bolsista Marie Curie, onde também trabalhou como pós-doc. Ele era o chefe de pesquisa de dados da SD-Insights. É tesoureiro da Marie Curie Alumni Association (MCAA) e foi diretor da unidade de Pesquisa e Inovação da Erasmus Mundus Association (EMA).



[linkedin.com/in/bazilinskyy](https://www.linkedin.com/in/bazilinskyy)

Especialista em Empreendedorismo Acadêmico, Marco é gerente de transferência de tecnologia da Universidade de Viena. Ele também é fundador e diretor administrativo da MARMAS GmbH, uma empresa que trabalha na interseção entre pesquisa, inovação e política. Anteriormente, trabalhou como Coordenador Executivo da Iniciativa para a Ciência na Europa e como Professor Assistente de Química Teórica na Universidade de Sassari, Itália. Possui doutorado em Física (Universidade Politécnica da Catalunha, Espanha) e MBA executivo (Frankfurt School for Finance & Management, Alemanha).



www.linkedin.com/in/mmasia

Johnny Nolen - *Facilitador*

Atingindo o equilíbrio perfeito entre orientação por dados e foco nas pessoas, Johnny se esforça para elevar quem está ao seu redor por meio do design centrado no ser humano. Johnny tem 17 anos de experiência em liderança empresarial e atualmente atua como Presidente da Community Action Partnership Sonoma County nos Estados Unidos, uma parte local de uma organização nacional sem fins lucrativos de combate à pobreza. Com formação em bioquímica, Johnny tem paixão por construir sistemas

dinâmicos e integrados que sejam eficazes e intuitivos de gerenciar.



<https://www.linkedin.com/in/johnny-freedom/>

Contact



julia@designpeculiar.com

www.designpeculiar.com

+55 (51) 99579 1002

