PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO

Núcleo de Estudos do Futuro
PUC . SP . Brasil

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
EM ECONOMIA E ADMINISTRAÇÃO
FEA –PUC-SP

Cátedra Ignacy Sachs
PUC-SP | NEF

EFISUS

BOLETIM DE ESTUDOS DO FUTURO, INOVAÇÃO E SUSTENTABILIDADE

CRIANDO FUTUROS: DESIGN THINKING, FLOW, PRESENCE

Mariana Ferreira

NOVOS CAMINHOS

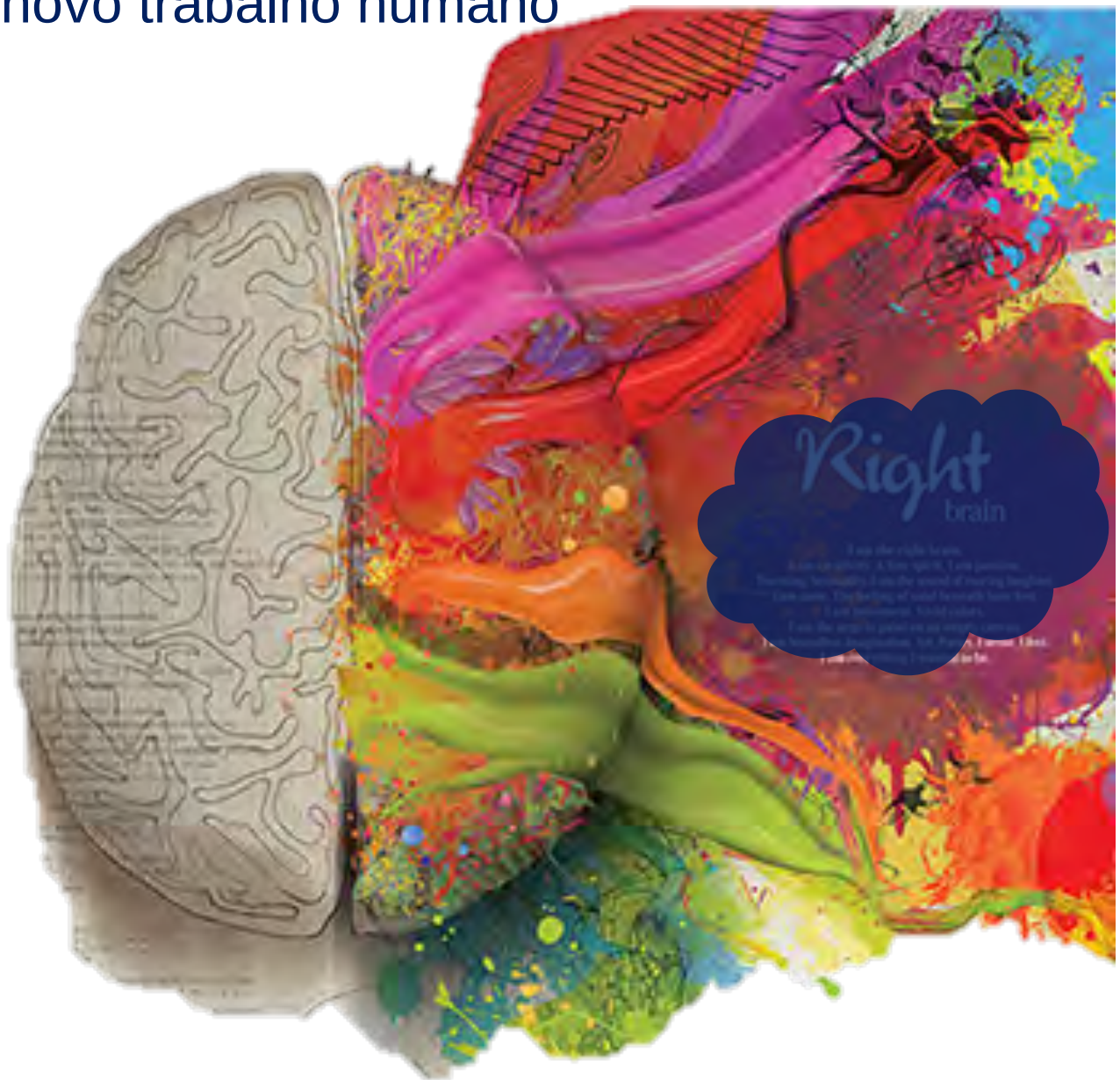
Um manifesto

- Sabemos o quão **frágil** é o ***status quo*** e como o **amanhã pode ser maleável**.
- **Imaginar e explorar** são capacidades essenciais que permitiram o **avanço da humanidade** ao longo dos anos. **Vencemos o impossível** várias vezes.
- Repetidas vezes, a História nos mostrou que o “impossível” é apenas uma questão de avanço na linha do tempo. **Pense no que seria imaginar a Internet ou uma viagem à Lua no ano de 1530**.
- Explorar futuros **liberta nosso pensamento das falsas restrições**. E isso nos desafia a questionar se estamos mesmo fazendo as **perguntas certas**.
- A distinção entre passado, presente e futuro, segundo Einstein, é apenas uma ilusão: portanto, estamos livres para **viajar na “ilusão do tempo”** e nos **anteciparmos às coisas antes delas acontecerem**.

Fonte: O Futuro das Coisas (2017)

LADO DIREITO X LADO ESQUERDO DO CÉREBRO

A Era da automação e o novo trabalho humano



Esquerdo

- Sequencial
- Especializado em texto
- Análise de pormenores
- Analítico (fatos)

Direito

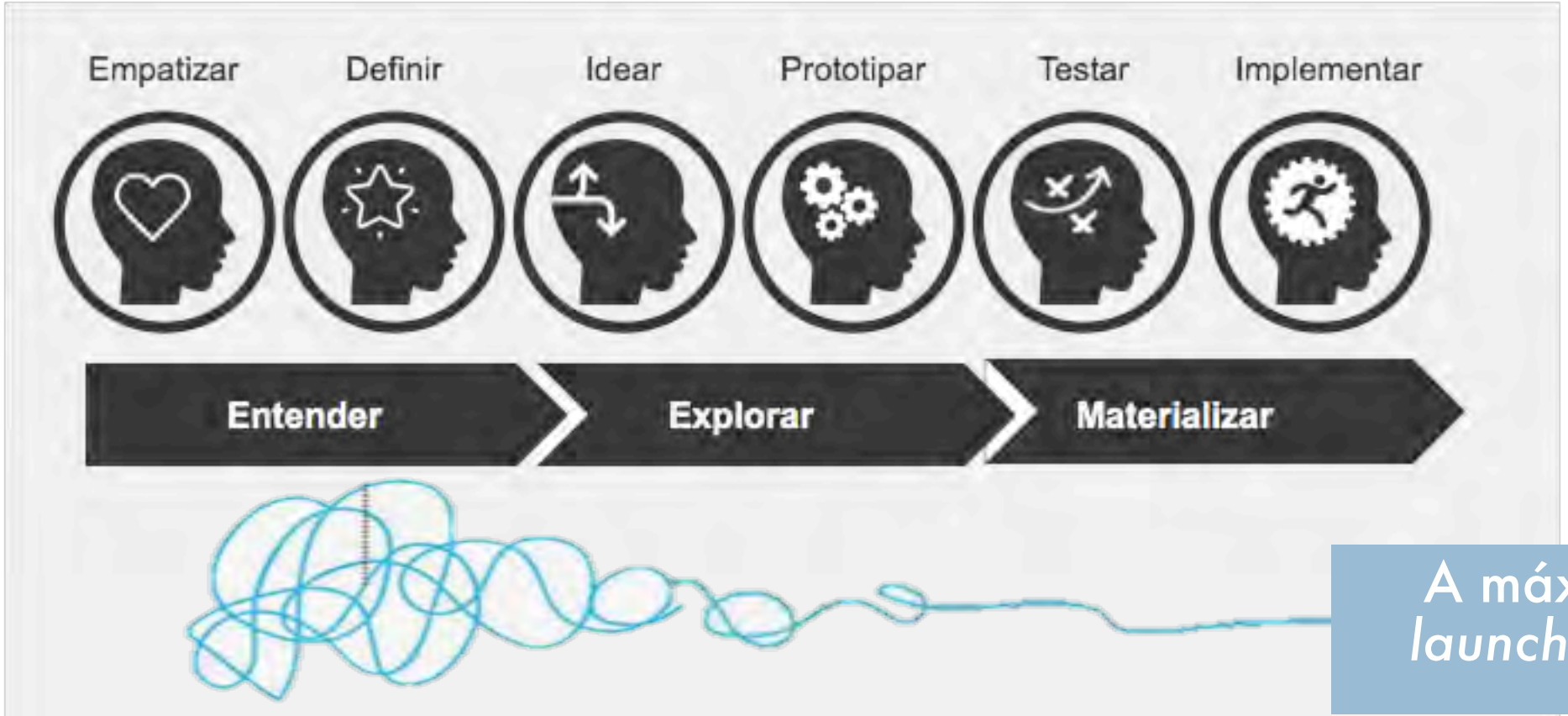
- Simultâneo
- Especializado em contexto
- Análise do conjunto
- Criativo

DESIGN THINKING

Libertar nossos pensamentos das falsas restrições...
Estamos **mesmo** fazendo as perguntas certas?

O QUE É DESIGN THINKING?

O modelo de Stanford



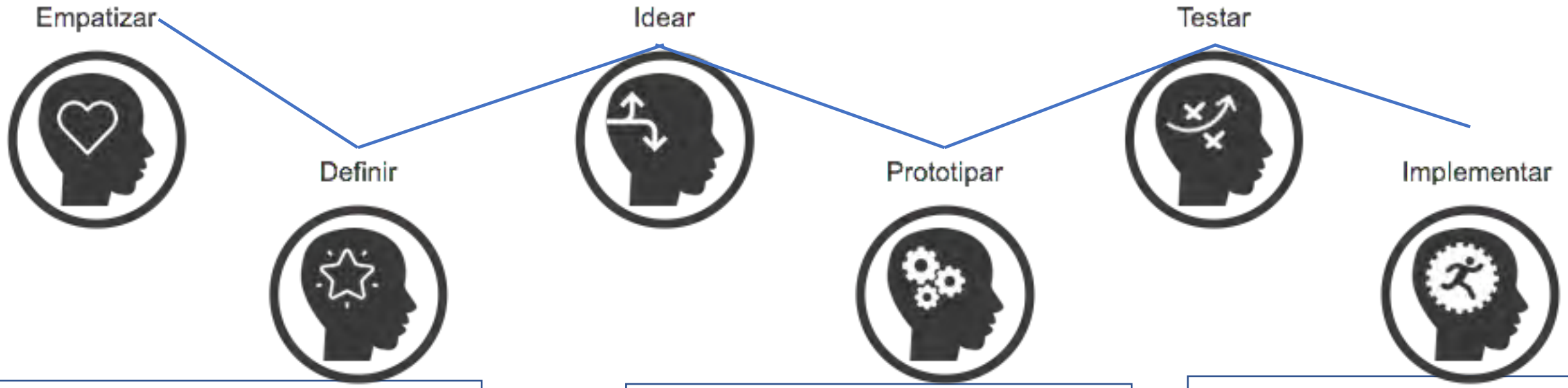
A máxima do *launch & learn*

DESIGN THINKING
Abordagens por etapa

- Enxergar pelas lentes do outro - jornada
- Entrevistas
- Sombra
- Eximir todo e qualquer julgamento

- Compartilhar ideias – todas são importantes!
- Divergir/ convergir
- Priorizar

- Compreender impedimentos importantes!
- O que funcionou?
- *Role playing*
- Aprendizado

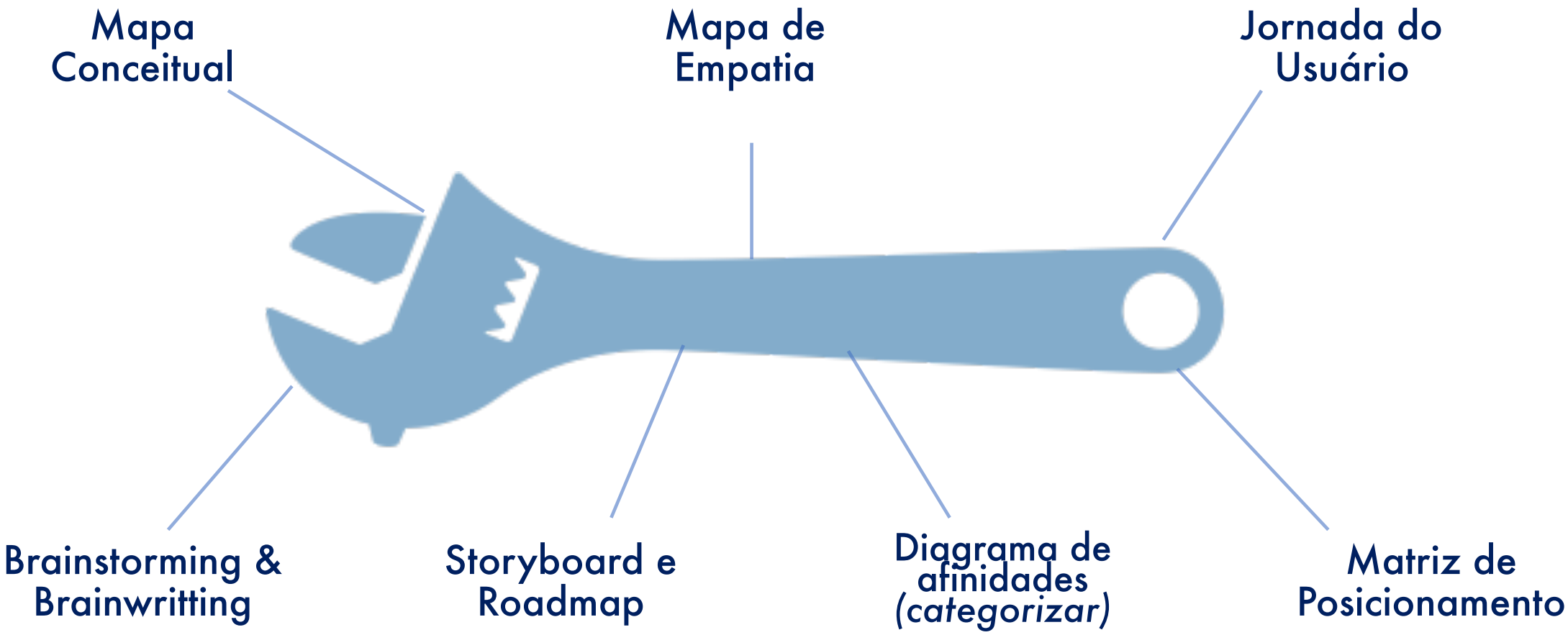


- Personas
- Atacar pontos de dor
- Decisões/ foco de ação

- Maquetes
- *Storyboards (Storytelling)*
- *Keep it symple – Minimum viable product (MVP)*
- *Fail Fast*

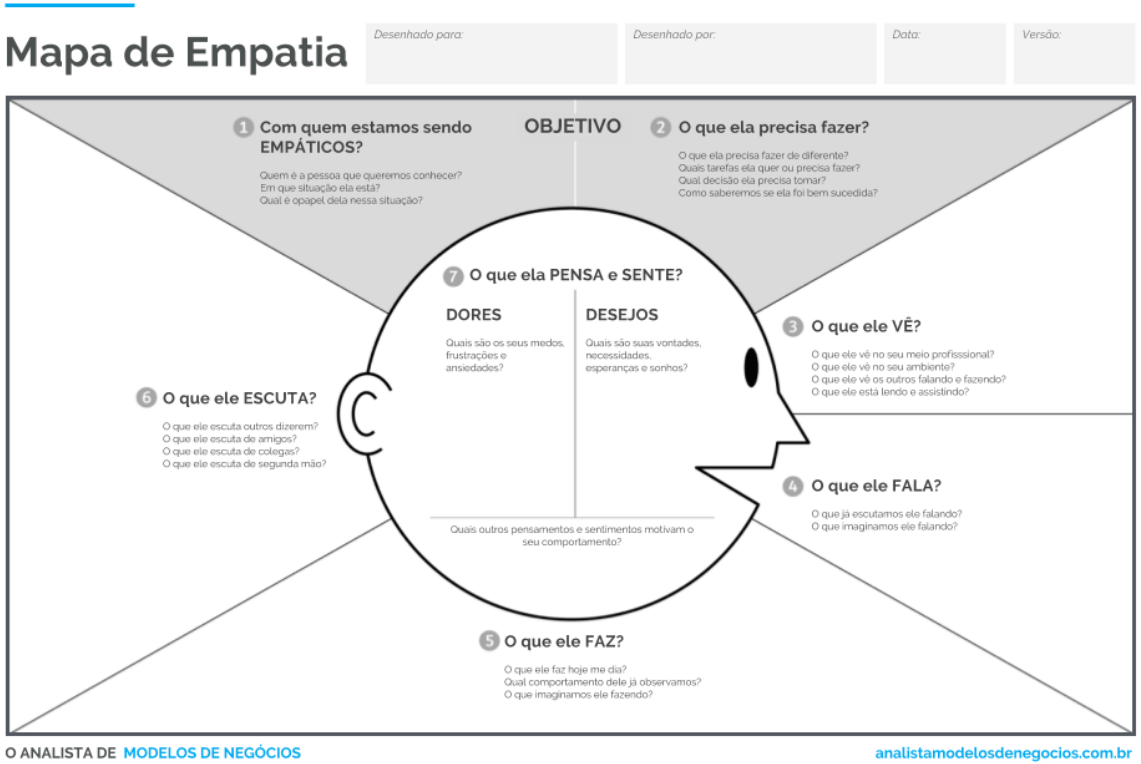
- Escalar modelo
- Aprender e aprimorar

DESIGN THINKING
Exemplos de Ferramentas

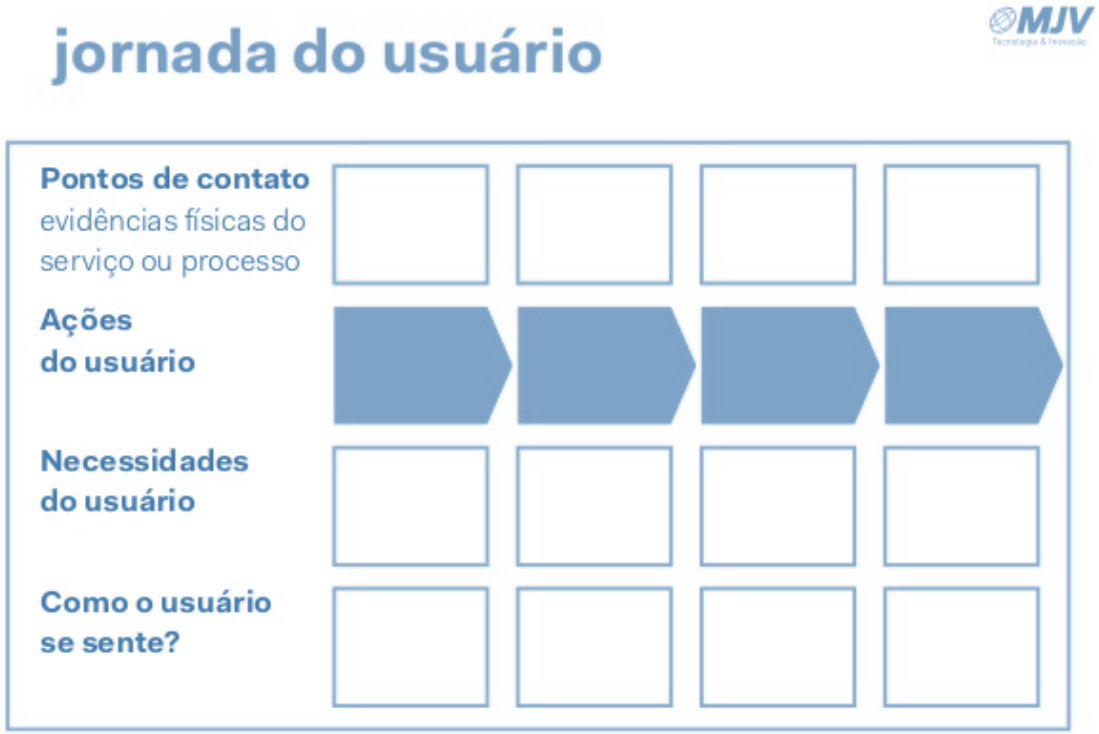


DESIGN THINKING
Exemplos de Ferramentas

Mapa de Empatia



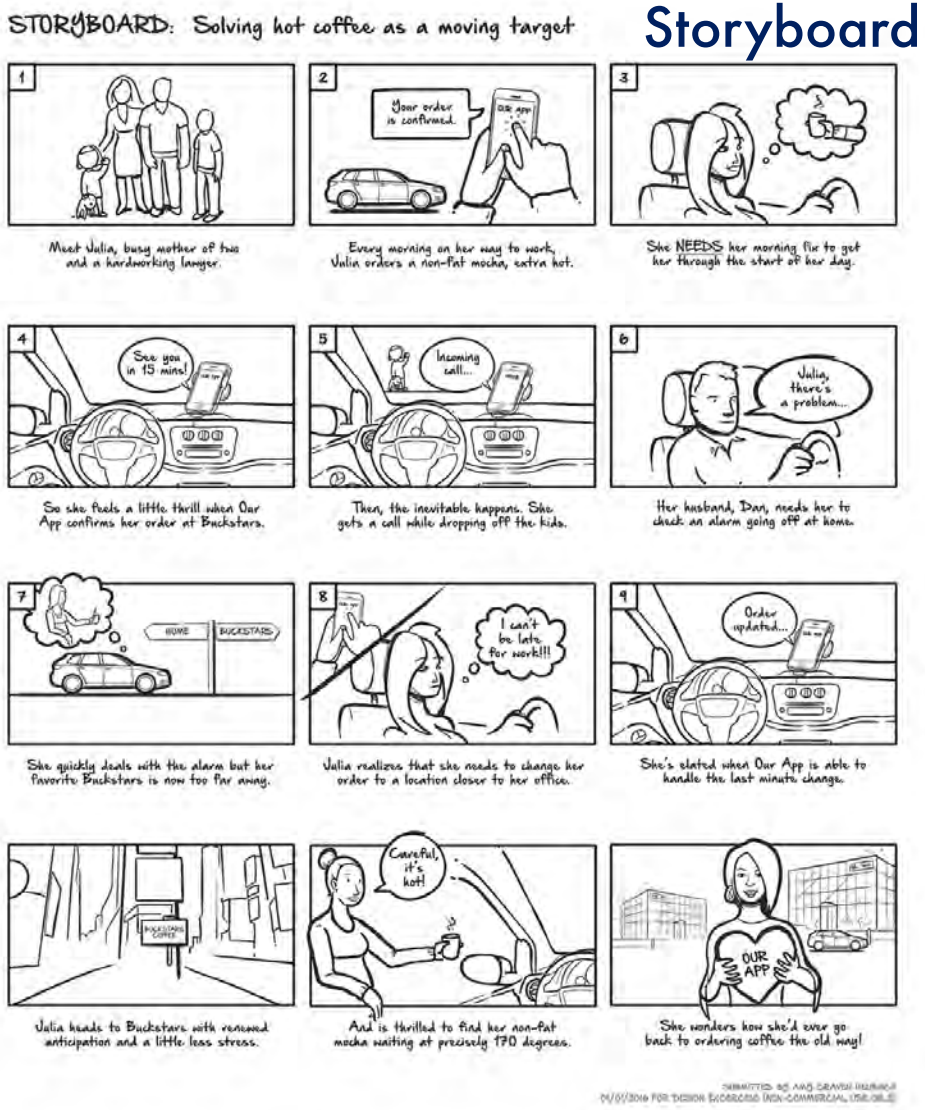
Jornada do Usuário



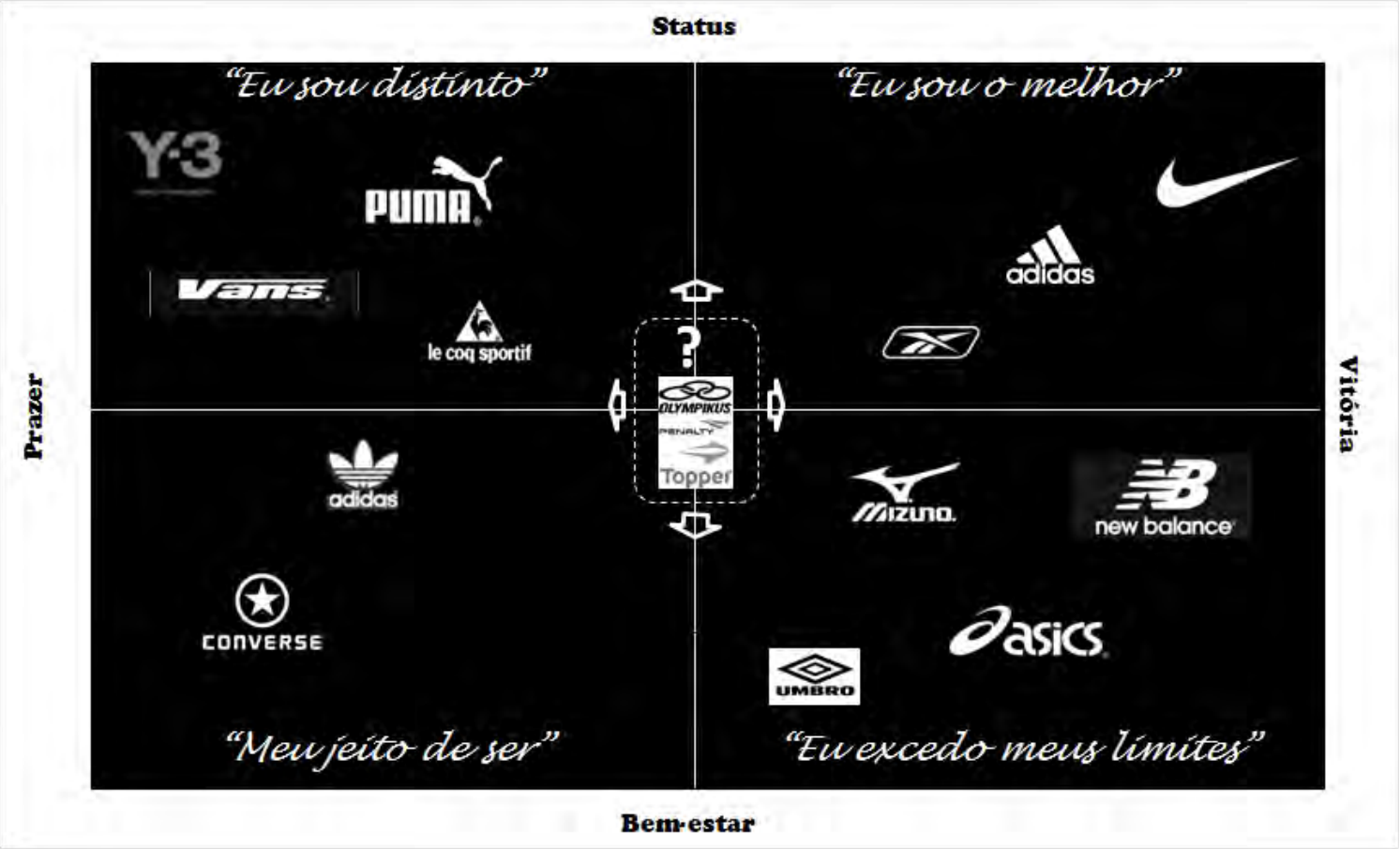
Copyright © 1997-2013 MJV Tecnologia & Inovação. Todos os direitos reservados.

DESIGN THINKING
Exemplos de Ferramentas

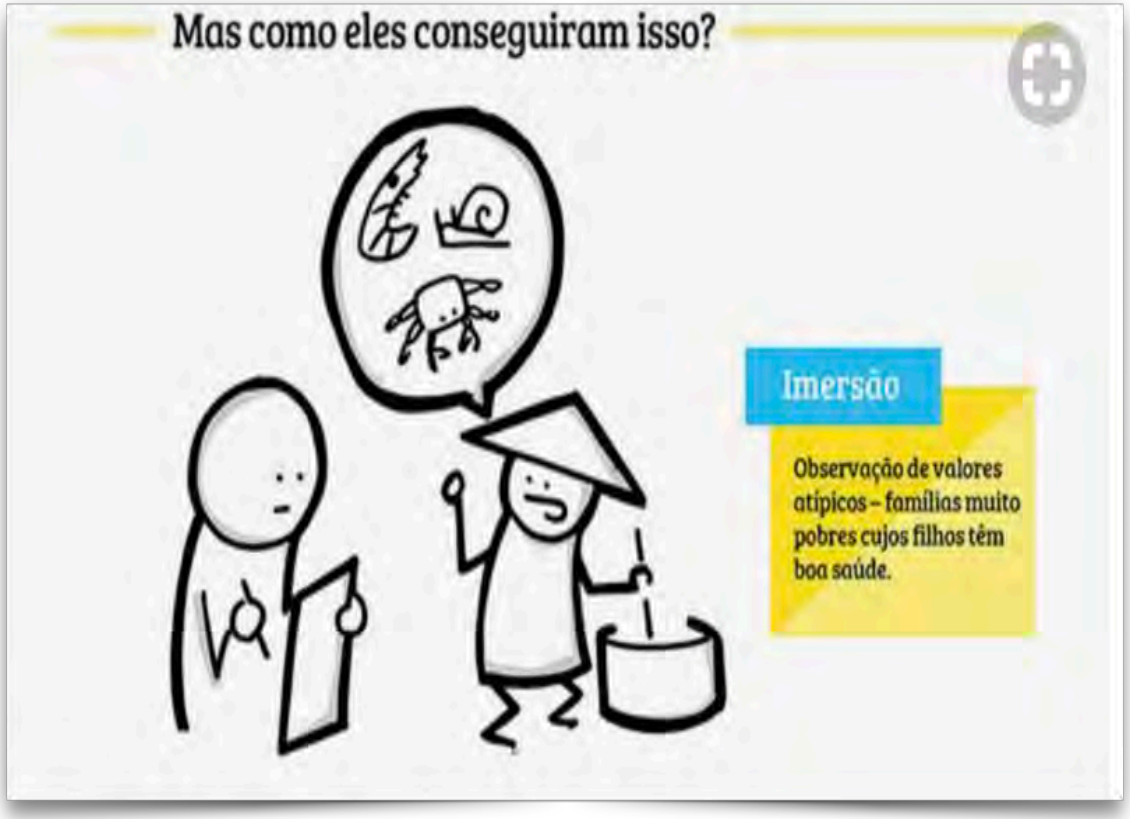
Storyboard



Matriz de posicionamento



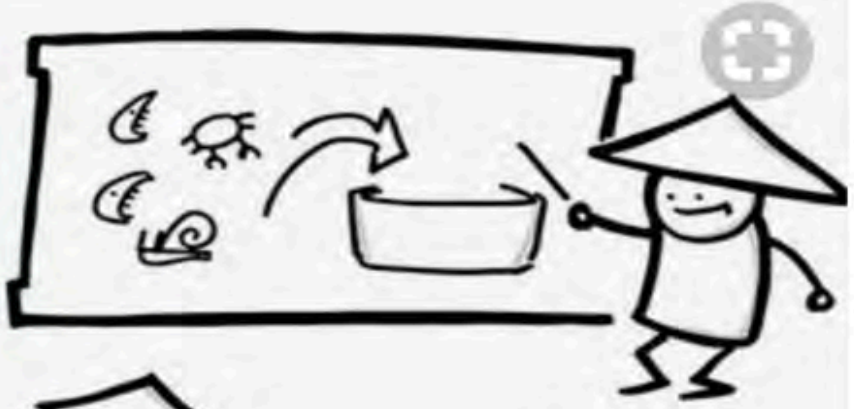
Vamos tangibilizar?
Um case em design thinking



Vamos tangibilizar?
Um case em design thinking

Análise & síntese

As famílias pobres observadas acrescentavam pequenos camarões, caranguejos e caramujos dos arrozais em suas refeições. Elas também faziam diversas refeições pequenas, em lugar de fazer duas grandes refeições diárias.



Ideação

Criação de aulas de cozinha para as famílias cujos filhos sofrem de desnutrição visando à reprodução dos hábitos culinários das famílias com valores atípicos observadas.

Prototipação

Reprodução desse trabalho em outras aldeias.

Vamos tangibilizar? MVP no dia a dia

GAMIFICAÇÃO EM TEMPOS LÍQUIDOS.

UM ESTUDO DE CASO MÚLTIPLO SOBRE OS FATORES MOTIVACIONAIS DA GAMIFICAÇÃO.

PALAVRAS-CHAVE

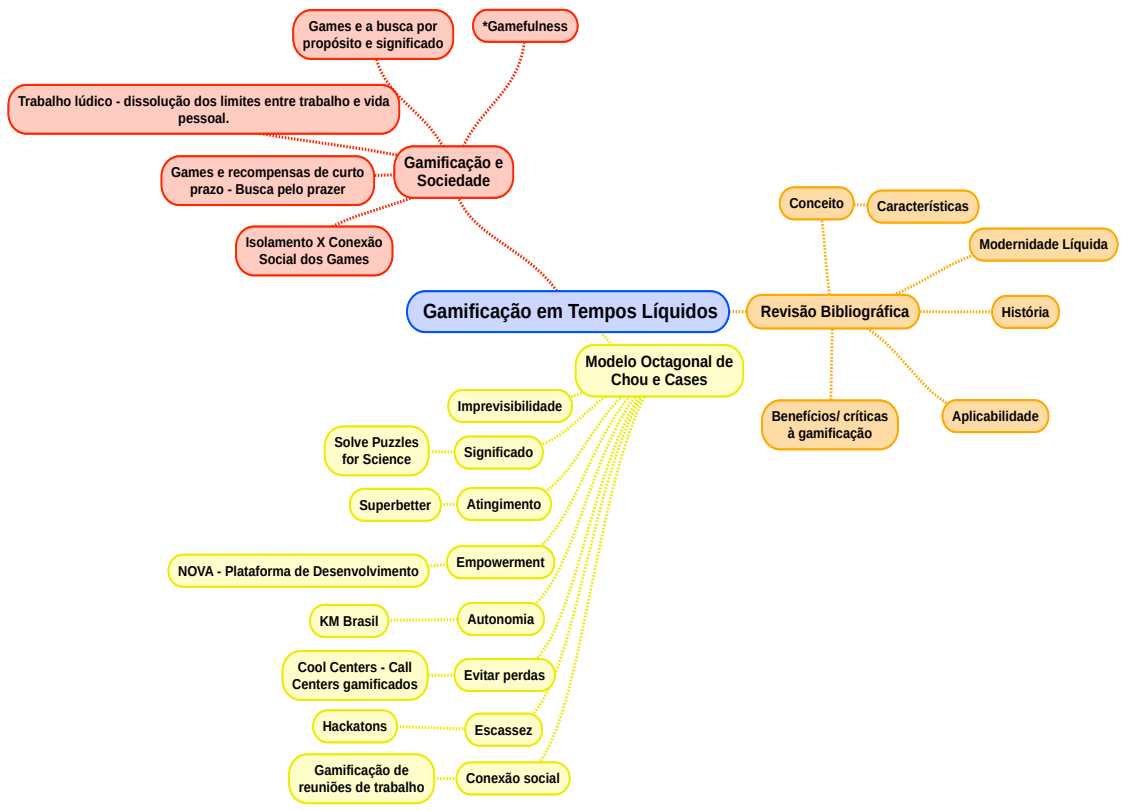
Modernidade Líquida, Gamificação, *Gamification*.

1. RESUMO

Na modernidade líquida descrita por BAUMAN (2001) impera a constante mutabilidade dos desafios contemporâneos. Nestes tempos líquidos surge a gamificação, prática que traz elementos de jogos a desafios da vida real.

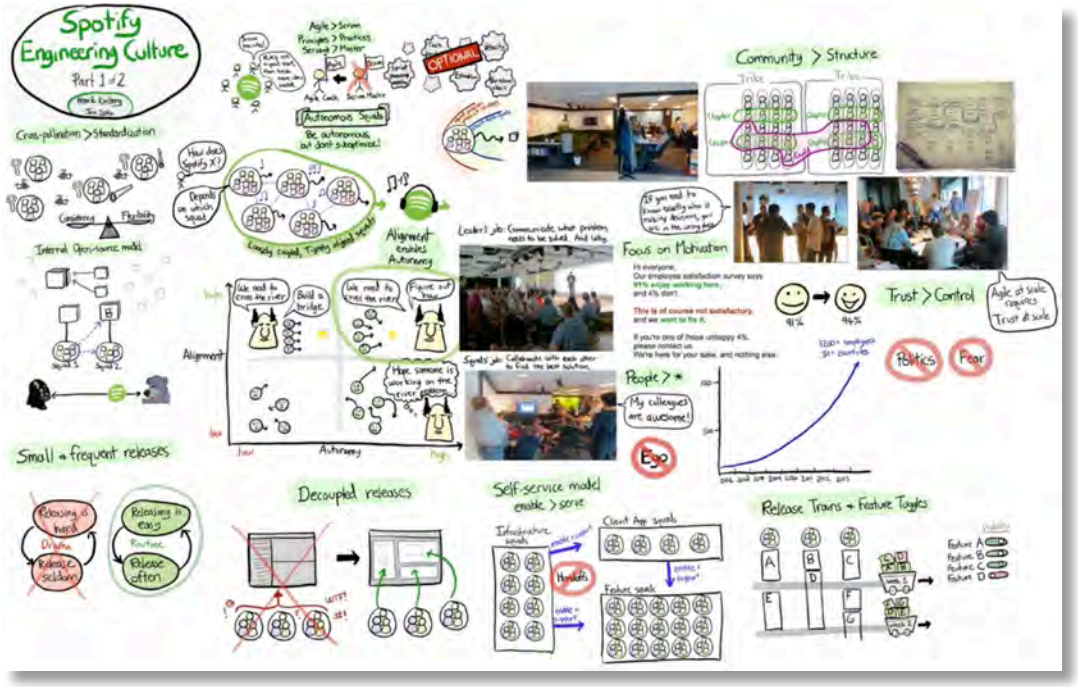
O artigo explicará o fenômeno da gamificação, ancorando-o nas inquietações da modernidade líquida. Um estudo de caso múltiplo de oito práticas gamificadas, demonstrará os aspectos-chave de engajamento em gamificação, segundo os modelos de Chou (2015) e McGonigal (2016).

Validação de artigo com orientador – Antes/ Formato Tradicional

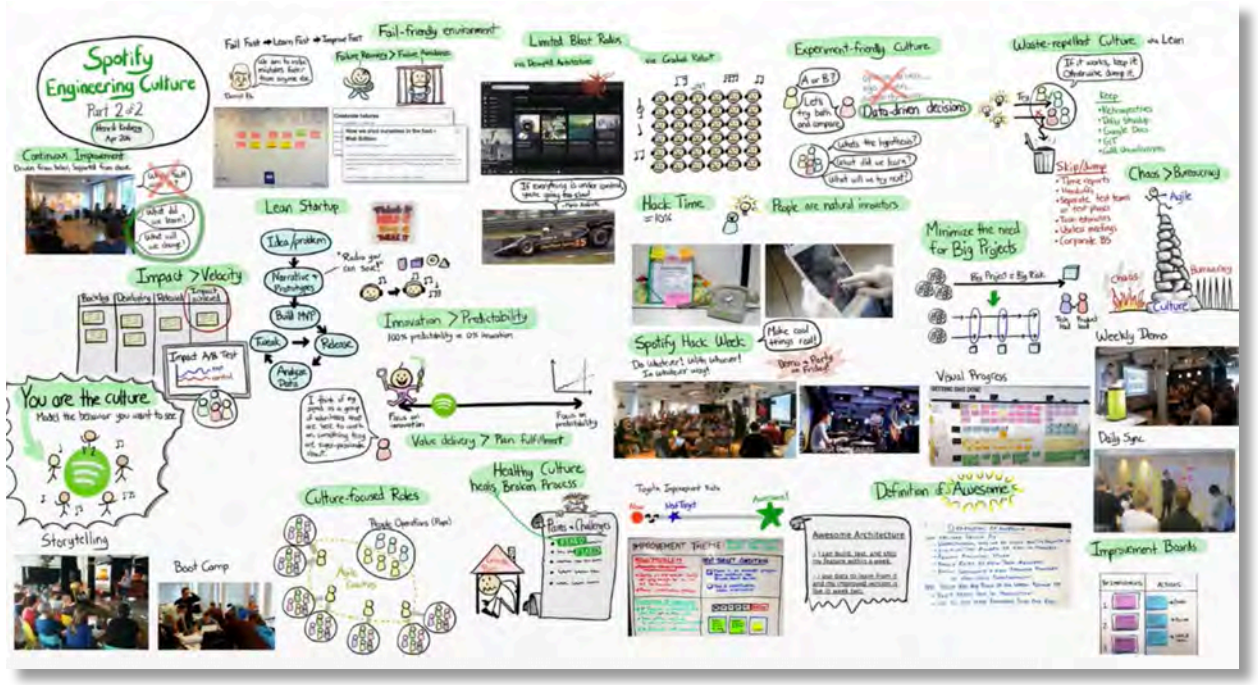


Validação de artigo com orientador - Depois/ MVP

Outro Case: Cultura Spotify



PARTE 1



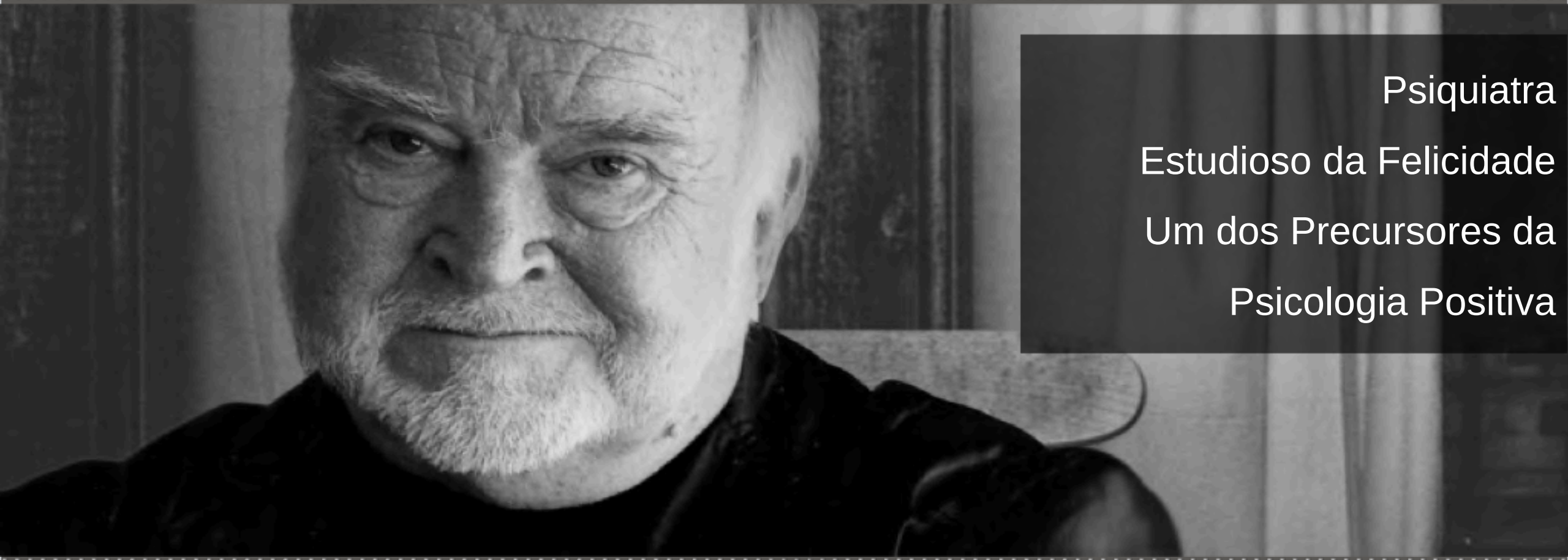
PARTE 2

CONCLUSÃO

A Inovação é um fenômeno complexo e não linear

Design thinking e o universo ágil são alternativas interessantes a esse novo mundo "VUCA".

FLOW



Psiquiatra

Estudioso da Felicidade

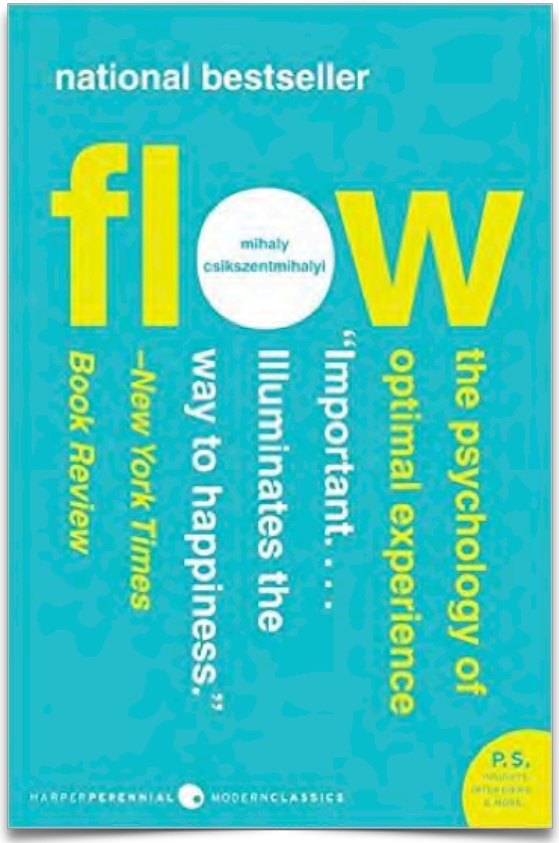
Um dos Precursores da Psicologia Positiva

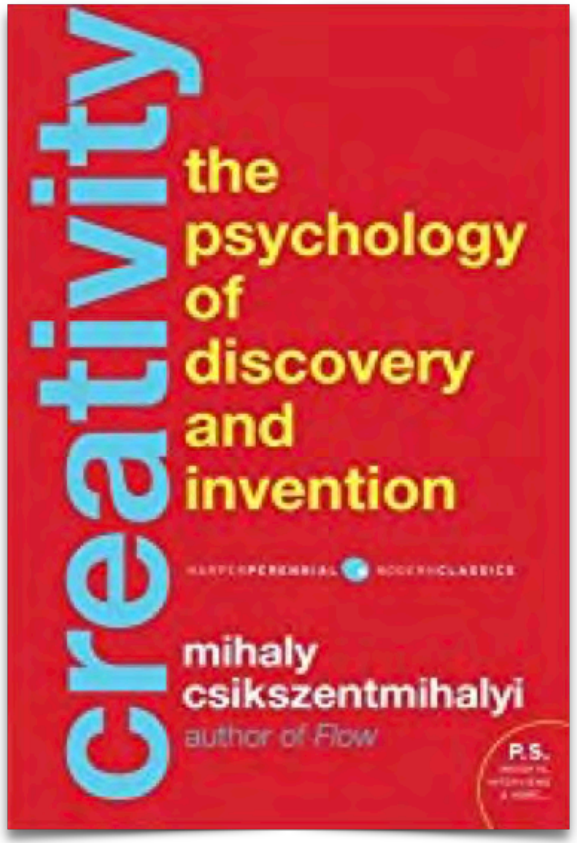
MIHALY CSIKSZENTMIHALYI

FLOW: UMA NOVA FORMA DE ENCARAR TRABALHO, TALENTO, PRODUTIVIDADE

POR QUÊ?

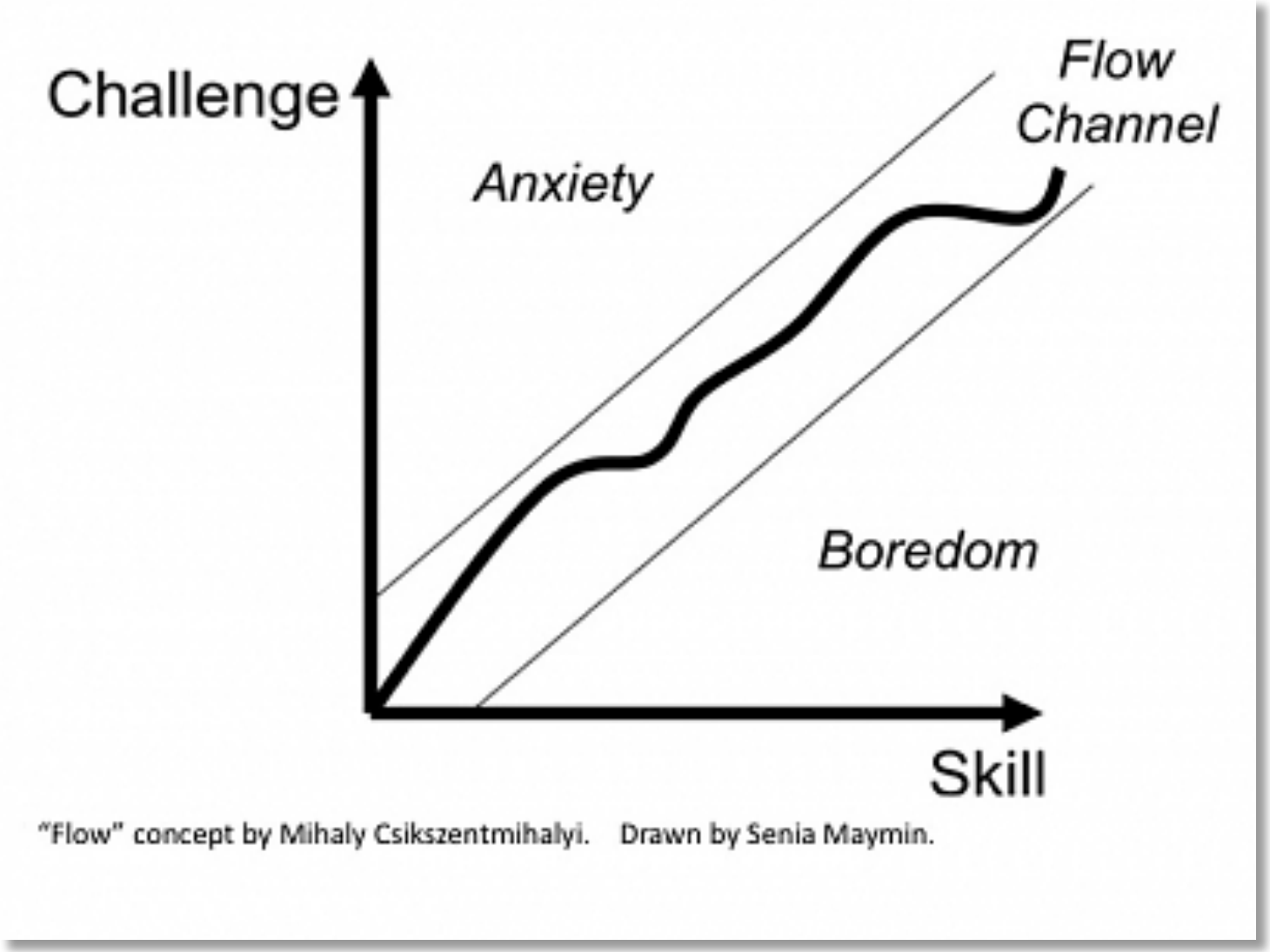
- Foco nas **especificidades do indivíduo** e não em modelos de competências organizacionais -> autoconhecimento
- Trabalho conectado a prazer - **felicidade**
- Talento e **pontos fortes**
- Cultura de **produtividade** em escala para **aprendizado em escala**





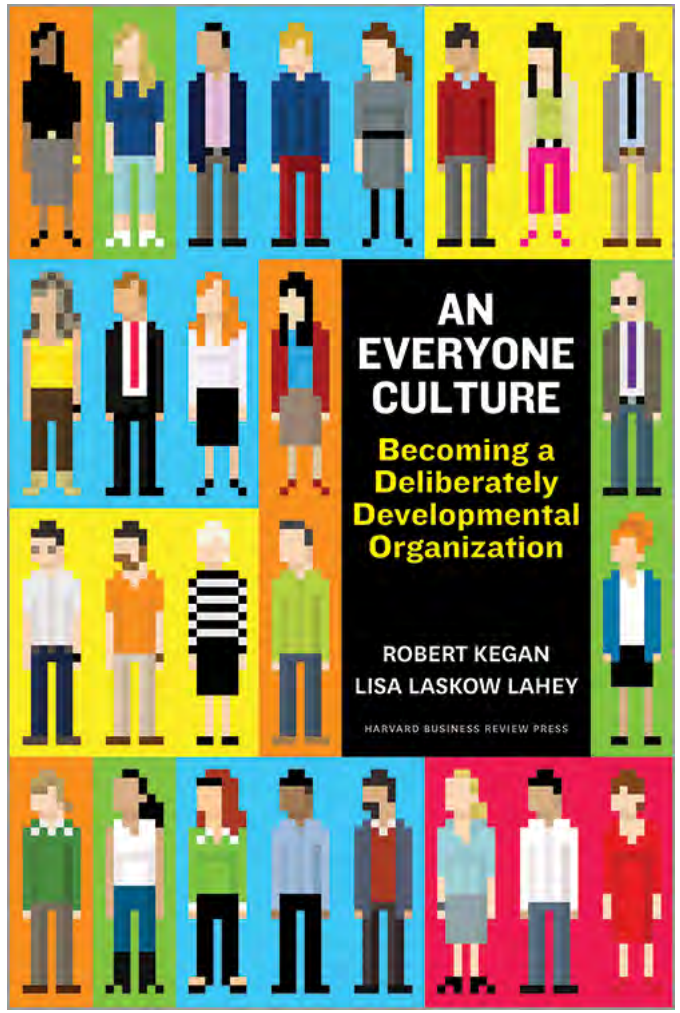
NAVEGANDO NA MATRIZ DE FLOW

COMO EVOLUIR PARA O ESTADO DE FLOW? FLOW CHANNEL



FLOW E CULTURA DE DESENVOLVIMENTO

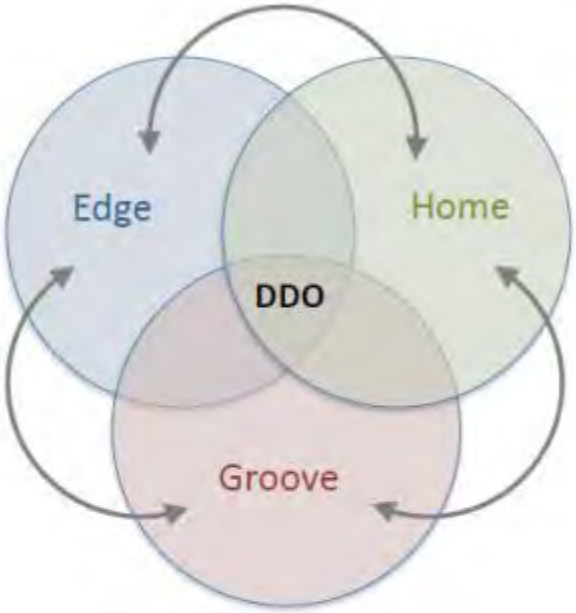
Deliberatly Developmental Organization



Edge

Developmental aspirations

- Mistake-making
- Problem-finding
- My growing edge
- Your growing edge
- Our growing edge
- Organizational purpose



Home

Developmental communities

- Openness about the self
- Appreciating the whole self
- Psychological safety
- Leader vulnerability
- View of conflict
- View of authority

Groove

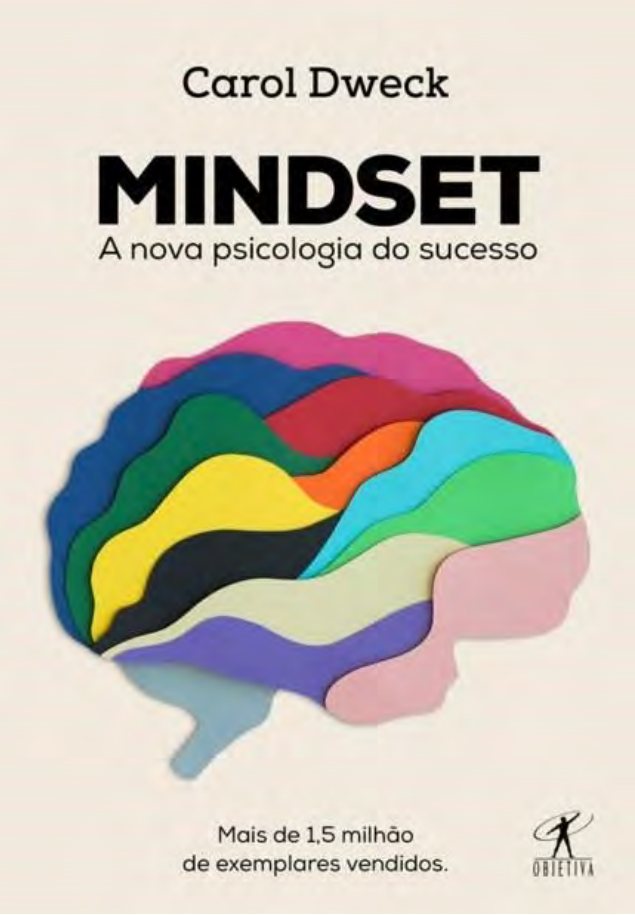
Developmental practices

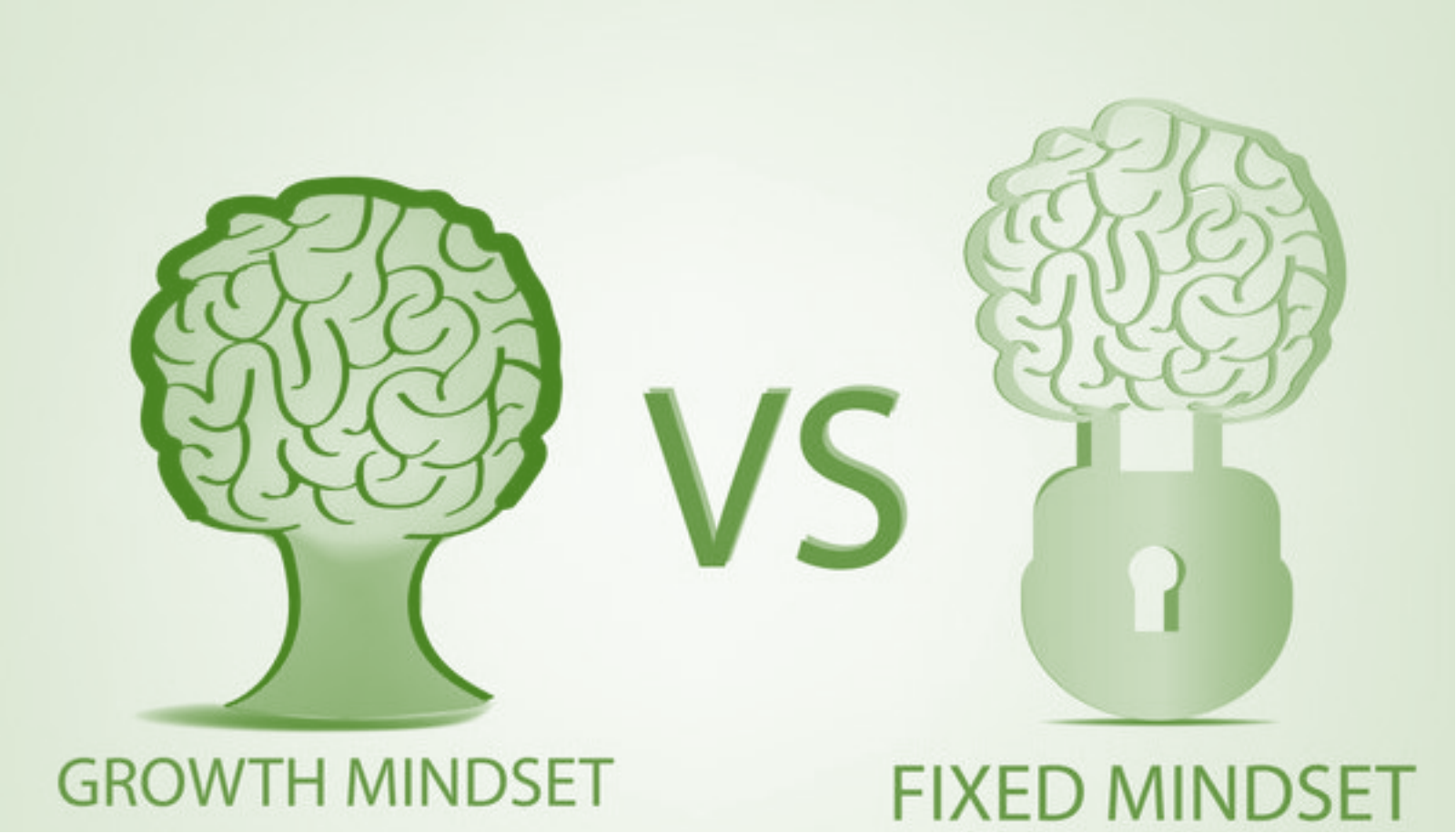
- Learning supports
- Role-to-person matching
- Feedback
- Regularity of practice
- Symbolic tools
- Process improvement

WayToGrow INC

© Way to Grow INC, LLC. All Rights Reserved

FLOW E CULTURA DE DESENVOLVIMENTO
Mindset de Crescimento





PRESENCE
(*MINDFULNESS*)

MINDFULNESS
O que é? Como funciona?

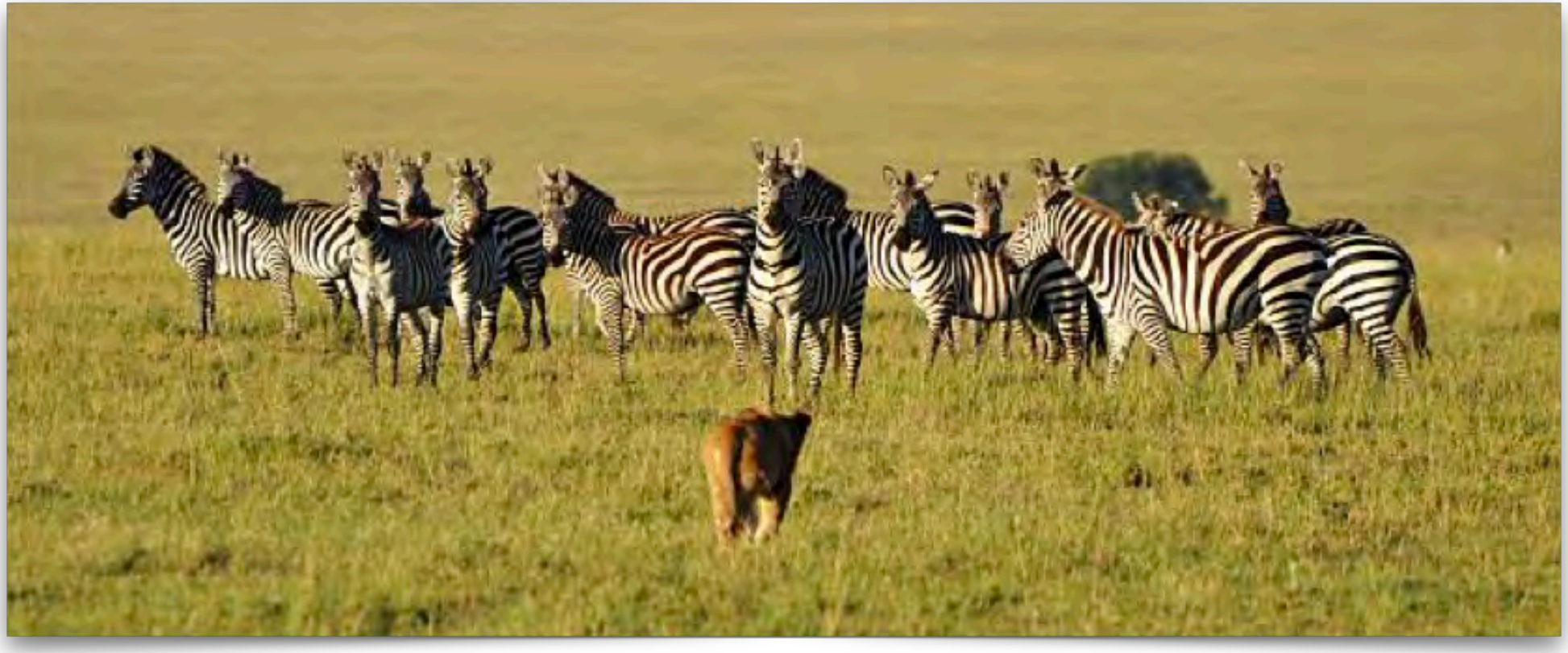
1) **Estado de consciência** em que nos colocamos quando **observamos** as **experiências mais cotidianas** com **atenção plena**

2) Ao usarmos atenção plena o **pensamento cessa**. Ausência de pensamento **momentâneo**

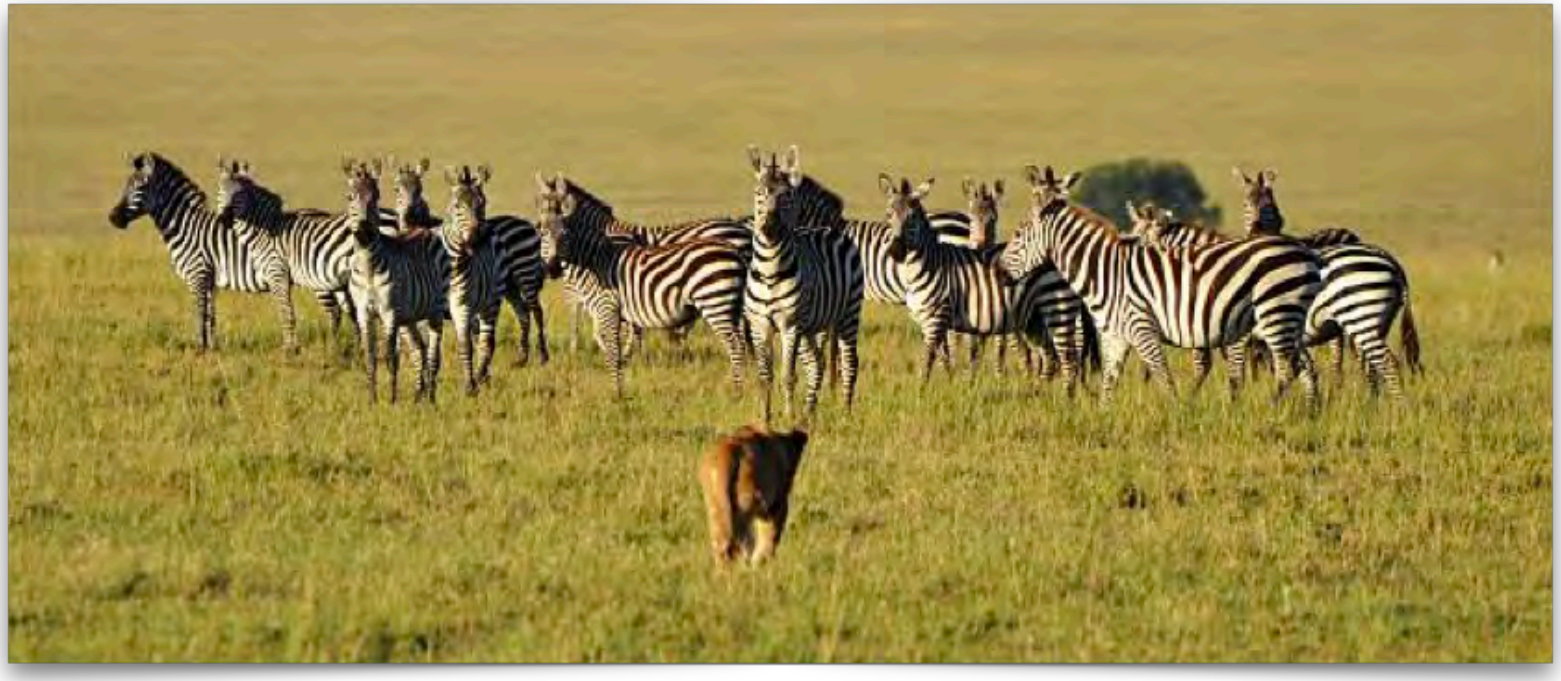
4) PQ SILENCIAR A MENTE?
O trabalho mental incessante traz **Agitação, ansiedade, sofrimento**. *Mindfulness* desenvolve um certo **distanciamento do que não é importante**. Valoriza a presença no **agora**

3) Fenômeno conhecido por neurocientistas como **experiência direta.** Baseado unicamente na **percepção**. Redução do **ruído mental.** Silenciamento da mente

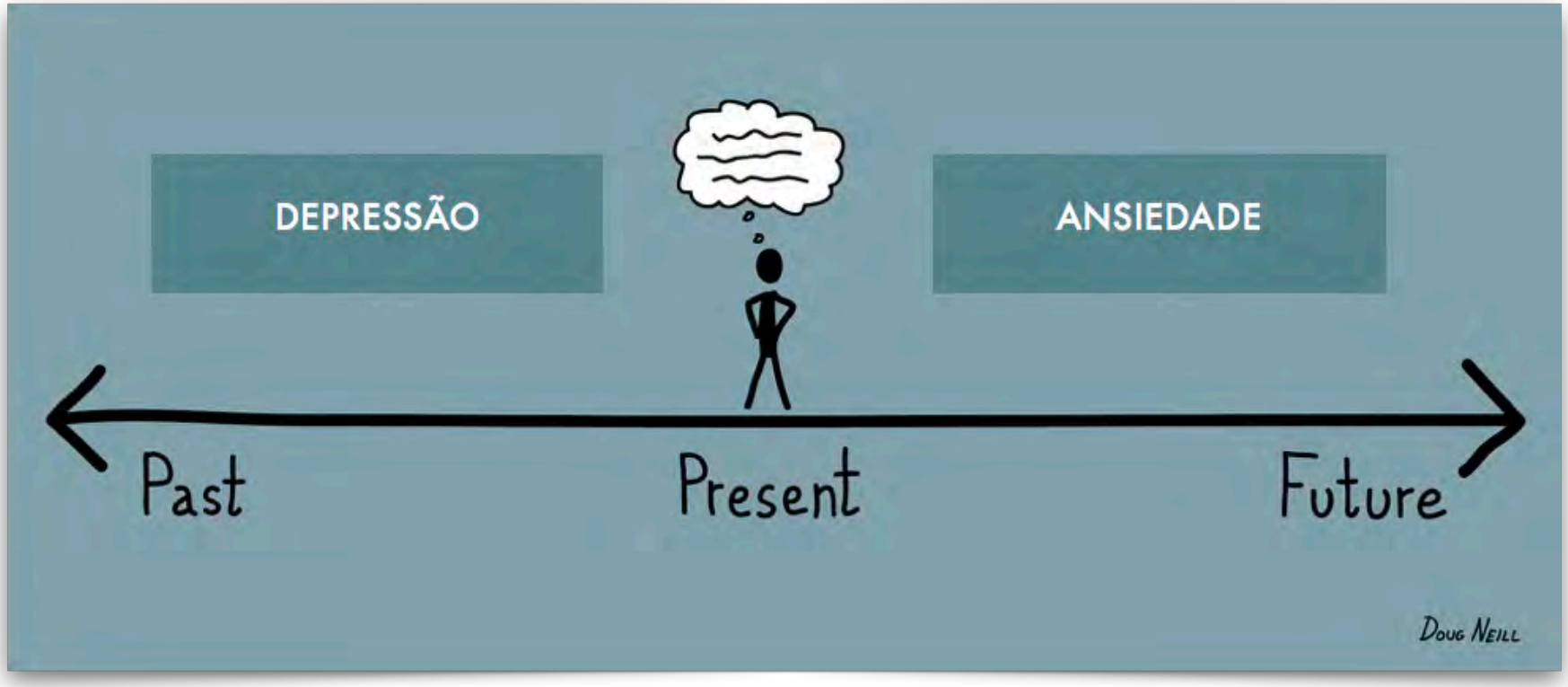
SOBRE PRESENÇA



SOBRE PRESENÇA



PENSAMENTO NO PASSADO, PRESENTE E FUTURO



MINDFULNESS E O MUNDO DO TRABALHO

ÉPOCA NEGÓCIOS

Mindfulness, a técnica para aumentar a produtividade e diminuir o estresse

Em muitos casos, a prática é mais uma opção oferecida pelos programas de bem-estar das empresas

Comp. (0) | Pinar (0) | Comp. | Comp. | Tuitar | Assine já!

- Difusão iniciou na **década de 80**, através de estudos do **MIT**. Experimentos mostravam que *mindfulness* **reduzia dores crônicas e stress**
- Resultados em **8 semanas**
- **Exemplos** de adeptas: IBM, 3M, LinkedIn, Twitter, Facebook, Intel, Goldman Sachs, Target, General Mills e startups do Vale do Silício
- No Google: Programa ***"Search Inside Yourself"***
- **Rotina**: diariamente se reúnem para sessões de meditação de 20 minutos, + palestras e trocas sobre *mindfulness*

EXAME | Nota Fiscal Paulista | PIS/Pasep | Catalunha | Google | Agronegóci

Nova técnica de meditação aumenta a produtividade no trabalho

Empresas começam a estimular a prática do mindfulness, que pode ser descrito como um estado de atenção plena

Por **Alvaro Bodas**
3 mar 2017, 19h55

COMPREENDENDO NEUROPLASTICIDADE

SINAPSES **MUITO**
USADAS SÃO
FORTALECIDAS

SINAPSES **POUCO**
USADAS SÃO
PODADAS

Mindfulness promove um certo distanciamento mental que nos permite observar nossos pensamentos. Trazê-los à consciência para, pouco a pouco, transformá-los.

#DICA - APPS PARA MEDITAR

Simple Habit Meditation

Simple Habit, Inc. **Saúde e fitness**

L

Oferece compras no app

Este app é compatível com seu dispositivo.

Headspace: Guided Meditation & Mindfulness

Headspace, Inc. **Saúde e fitness**

L

Oferece compras no app

Este app é compatível com seu dispositivo.

Calm - Meditate, Sleep, Relax

Calm.com, Inc. **Saúde e fitness**

L

Oferece compras no app

Este app é compatível com seu dispositivo.

The Mindfulness App

MindApps **Saúde e fitness**

L

Oferece compras no app

Este app é compatível com seu dispositivo.

Meditation & Relaxation: Guided Meditation

Fitness22 **Música e áudio**

L

Oferece compras no app

Este app é compatível com seu dispositivo.

CONCLUSÃO

NOVOS CAMINHOS AO ENCARAR NOSSA RELAÇÃO COM O TRABALHO

"ACREDITO NO CAVALO
O AUTOMÓVEL É UM FENÔMENO TRANSITÓRIO"

Wilhein II
Último Imperador da Alemanha