

**PROJETO DE APLICAÇÃO**

# NEUROCIÊNCIA APLICADA: PRODUTIVIDADE E PERFORMANCE HUMANA



PÓS **PUCPR** DIGITAL



**PUCPR**  
GRUPO MARISTA

# ESTRUTURA DO PROJETO

PÓS **PUCPR** DIGITAL

## SEMANA 1



### VÍDEO

Vídeo de apresentação da proposta do projeto, gravado pelo professor PUCPR, com explicação geral sobre a proposta.

## SEMANA 2



### FEEDBACK

Estudante pode enviar dúvidas específicas ou fazer entrega parcial para receber orientações e *feedback* do professor. Etapa não é obrigatória e não vale nota.

## SEMANA 3



### FEEDBACK

Professor elabora *feedback* para aqueles estudantes que enviaram dúvidas ou fizeram entrega parcial.

## SEMANA 4



### LIVE

*Live* para os estudantes tirarem as últimas dúvidas sobre a entrega do projeto.

## SEMANA 5



### CONCEPÇÃO

Estudante elaborando entrega do projeto, considerando eventuais apontamentos do *feedback* do professor e dúvidas sanadas na *Live* tira-dúvidas.

## SEMANA 6



### ENTREGA

Estudante entrega o projeto completo.

FÓRUM TIRA-DÚVIDAS

## O PROJETO DE APLICAÇÃO

O **Projeto de Aplicação** é a disciplina certificadora dos cursos de pós-graduação da Pós PUCPR Digital e tem por objetivo relacionar as teorias estudadas no decorrer do curso com a prática profissional do estudante.

Ela tem duração de **6 semanas** e conta com **1 live** e com **fórum tira-dúvidas**, ambos conduzidos pelo professor PUCPR responsável pelo projeto.

Para obter a certificação de especialização, é imprescindível que o estudante curse e obtenha a aprovação nessa disciplina.



## **PROPOSTA DO PROJETO**

Identificação de obstáculos à produtividade e ao bem-estar no ambiente de trabalho

**1**

### **DESCRIÇÃO GERAL DA PROPOSTA**

Análise crítica para identificar e propor soluções para dois obstáculos que comprometem a produtividade e o bem-estar humano em seu ambiente de trabalho atual ou pretendido.



# 2

## METODOLOGIA

Identificação de dois principais obstáculos no ambiente de trabalho utilizando ferramentas de diagnóstico como entrevistas, observações ou questionários.

Para isso, serão necessários:

- Fundamentação teórica: utilizar conceitos de, ao menos, duas disciplinas do curso.
- Proposição de soluções: desenvolver estratégias baseadas em neurociência para superar os desafios identificados.
- Estudo de caso: apresentar exemplos reais ou simulados que ilustrem a aplicabilidade das soluções propostas.



# 3

## OBJETIVO GERAL DA PROPOSTA

Avaliar a capacidade dos estudantes de identificar barreiras à produtividade e ao bem-estar no ambiente profissional e propor intervenções fundamentadas em neurociência, demonstrando aptidão para aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo do curso em situações reais.



# 4

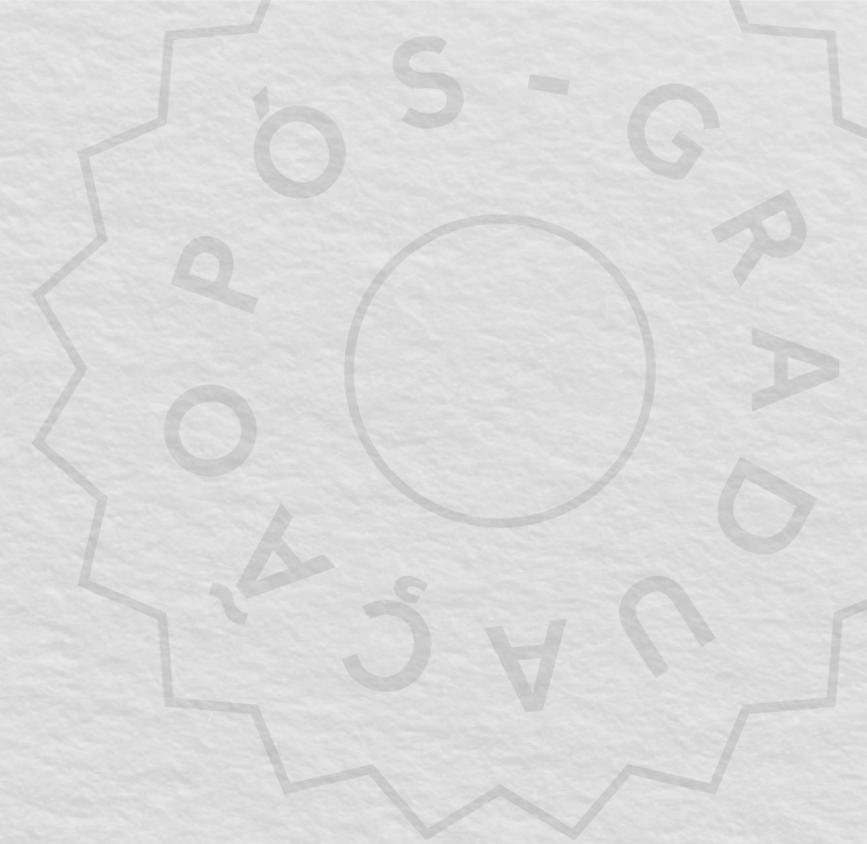
## RESULTADOS ESPERADOS

- Proposição de um plano de desenvolvimento pessoal e/ou organizacional consistente, alinhado com princípios de neurociência e um propósito individual ou coletivo.
- Compreensão aprofundada do funcionamento cerebral em relação à produtividade e ao bem-estar, aplicando técnicas neurocientíficas para otimizar habilidades cognitivas e comportamentais.
- Promoção de habilidades como criatividade, liderança, resolução de problemas e comunicação em contextos profissionais, garantindo um equilíbrio saudável entre vida pessoal e profissional.
- Preparação para enfrentar os desafios da sociedade contemporânea com inteligência emocional, resiliência e inovação.



## **FEEDBACK**

Se desejar, você poderá postar uma entrega parcial ou mesmo dúvidas específicas para serem verificadas pelo professor PUCPR responsável pelo Projeto de Aplicação antes da entrega final do seu projeto. Portanto, fique atento ao prazo para essa ação. Esse envio não será avaliado mediante nota, mas serve como um *feedback* de apoio e direcionamento elaborados pelo professor PUCPR para o seu projeto ou dúvida específica.

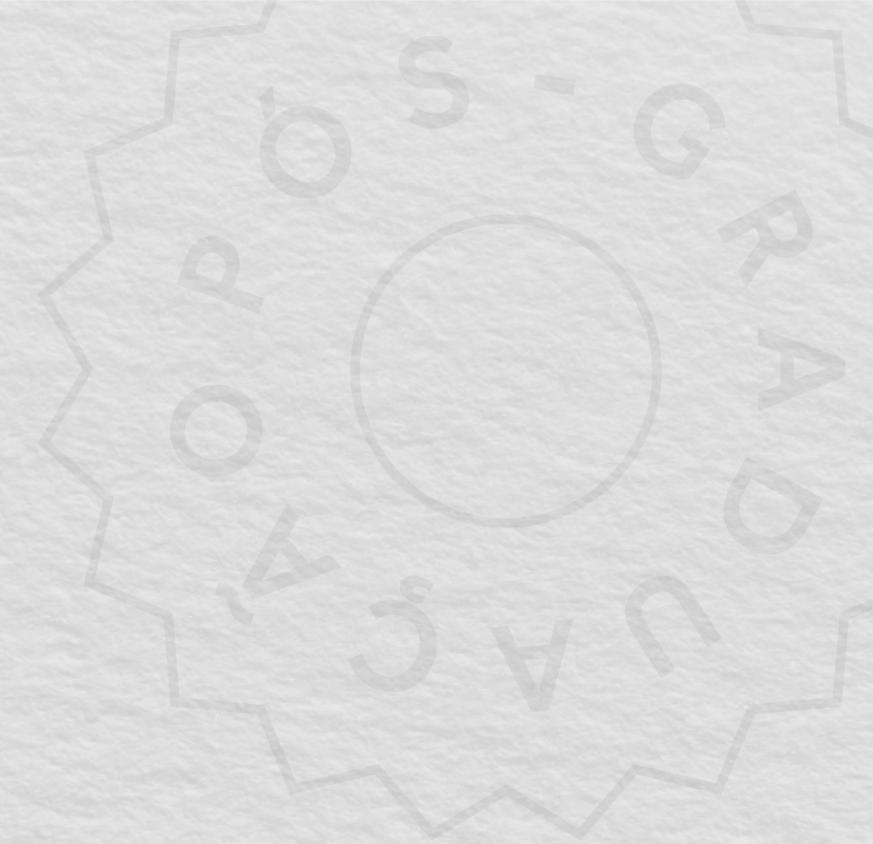


## DESENVOLVENDO O PROJETO

Para que você possa começar a desenvolver seu Projeto de Aplicação, sugerimos que acesse o **checklist** disponível para *download*, que auxiliará na coleta de informações, requisitos, referências, pesquisas, etc. Utilize o “*checklist*” (disponibilizado) para checar se mapeou todos os dados e as informações necessários para seguir adiante na elaboração do seu projeto.

### Orientação ao estudante

O projeto final do curso tem como objetivo consolidar os conhecimentos adquiridos ao longo das disciplinas, desafiando os estudantes a aplicarem conceitos e ferramentas da neurociência para resolver problemas reais ou simulados no contexto profissional. A seguir, apresentamos as etapas que devem ser seguidas para a elaboração do projeto:



**1) Análise de situação-problema:** O primeiro passo consiste em identificar dois obstáculos que comprometem a produtividade e o bem-estar humano no ambiente de trabalho. Esse ambiente pode ser o local em que vocês atuam ou um contexto profissional em que pretendem trabalhar.

Para essa identificação, o estudante deve utilizar ferramentas de diagnóstico como:

- Entrevistas: Converse com colaboradores, líderes ou colegas para compreender os desafios enfrentados.
- Observações: Analise comportamentos e dinâmicas que possam impactar negativamente a *performance* ou a saúde mental.
- Questionários: Elabore formulários que investiguem questões relacionadas a estresse, motivação, comunicação, liderança, entre outros aspectos relevantes.

Documentar o processo de coleta de informações, identificando os dois obstáculos mais significativos para o contexto analisado. O texto deve ter até duas páginas.



**2) Fundamentação teórica:** Nesta etapa, o estudante pode utilizar conceitos de, **ao menos, duas disciplinas do curso** para embasar a análise dos problemas identificados. Por exemplo, explorar os processos neuroquímicos que promovem o bem-estar, como os efeitos dos neurotransmissores dopamina, serotonina e endorfinas, bem como identificar as práticas que estimulem a resiliência e a gratidão como soluções possíveis. O estudante também pode recorrer às disciplinas que considere pertinentes para a análise, destacando como os conceitos aprendidos se relacionam com os obstáculos identificados. O texto deve ter até quatro páginas.

**3) Proposição de soluções:** Com base na análise e na fundamentação teórica, o estudante irá propor estratégias baseadas em neurociência para superar os desafios identificados. As soluções devem ser práticas, aplicáveis e fundamentadas em conceitos trabalhados durante o curso. Exemplos de soluções incluem:

- Implementação de práticas de *mindfulness* para reduzir a ansiedade e melhorar a concentração.
- Desenvolvimento de programas voltados para a inteligência emocional, focados na melhoria da comunicação e das relações interpessoais.



- Aplicação de estratégias de neuroplasticidade para promover aprendizado e adaptação em situações de alta demanda.

Certificar-se de que as propostas sejam claras, bem justificadas e adaptáveis ao ambiente de trabalho em questão. O texto deve ter até duas páginas.

**4) Estudo de caso:** Para concluir o projeto, apresentar **exemplos reais ou simulados** que ilustrem a aplicabilidade das soluções propostas. Isso pode incluir:

- Relatos de experiências vivenciadas no ambiente de trabalho.
- Estudos de casos similares encontrados na literatura ou em pesquisas realizadas.
- Cenários hipotéticos que demonstrem como as estratégias propostas podem ser implementadas e quais resultados podem ser esperados.

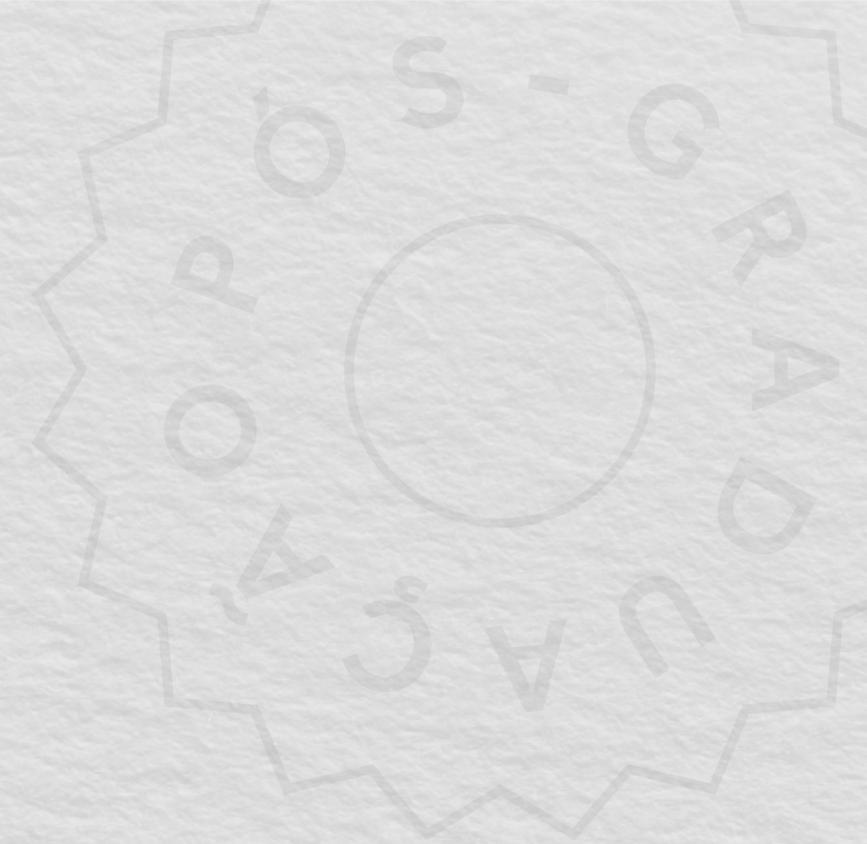
O objetivo desta etapa é demonstrar como as soluções podem ser aplicadas na prática, evidenciando os benefícios potenciais. O texto deve ter até uma página.

**5) Referências:** Listar as referências de livros e artigos utilizados na construção do projeto.



## **DESCRIÇÃO DA ENTREGA**

O trabalho deve ser entregue em formato de relatório estruturado, contendo as quatro etapas descritas anteriormente, mais as referências. A escrita deve ser clara, objetiva e fundamentada, refletindo a competência desenvolvida ao longo do curso. O arquivo deve ser em formato pdf. O texto deve ter, no máximo, 10 páginas.



## CRITÉRIOS AVALIADOS

- a) **Relevância e coerência na análise de situação-problema (25%):** Avaliará a capacidade do estudante de identificar e descrever os dois principais obstáculos no ambiente de trabalho. Os critérios incluem:
- Coerência e detalhamento na descrição dos problemas identificados.
  - Relevância dos obstáculos apontados em relação ao contexto analisado.
- b) **Fundamentação teórica e integração de disciplinas (25%):** Avaliará a profundidade e a precisão na aplicação dos conceitos teóricos. Os critérios incluem:
- Uso fundamentado de, pelo menos, duas disciplinas do curso.
  - Clareza na articulação entre os conceitos teóricos e os problemas identificados.
  - Capacidade de demonstrar domínio do conteúdo estudado, relacionando teoria e prática.

**c) Qualidade e viabilidade das soluções propostas (30%):** Avaliará a criatividade e a aplicabilidade das estratégias apresentadas para superar os obstáculos. Os critérios incluem:

- Fundamentação neurocientífica das propostas.
- Originalidade e inovação nas estratégias sugeridas.
- Viabilidade prática das soluções no contexto analisado.

**d) Apresentação do estudo de caso e aplicabilidade (20%):** Avaliará a capacidade de exemplificar as soluções propostas por meio de casos reais ou simulados. Os critérios incluem:

- Relevância e adequação dos exemplos apresentados.
- Demonstração clara dos impactos positivos das soluções no ambiente de trabalho.
- Organização e clareza na descrição dos casos.



PÓS **PUCPR** DIGITAL



**PUCPR**  
GRUPO MARISTA

