

O que é o Woodshop?

Woodshop

O Woodshop foi criado com base no conceito *maker* (faça você mesmo) unindo a experiência lúdica e prática da realização de trabalhos em marcenaria com a abordagem conceitual de temas que afetam a performance operacional e estratégica do colaborador da empresa. Junto com a construção de um objeto de madeira são tratados temas relevantes como: planejamento, implementação, criatividade, administração de tempo, controle do estresse e qualidade de vida.

Nesta era de trabalho móvel com o uso de recursos tecnológicos portáteis, muito pouco mudou no universo do conhecimento e da postura necessária ao executivo para que tenha a produtividade adequada. O desafio agora é como treinar eficientemente esse executivo que tem dificuldade em lidar com seu tempo, em criar soluções criativas e até em implantar suas ideias.

A união dos dois formatos, trabalho manual e apresentação de conceitos, produz efetividade não alcançada de outra forma, pois permite assimilação rápida e eficiente dos temas através da sensibilização dos participantes.

Por que marcenaria?

Para formar a parte prática e lúdica do treinamento escolhemos a marcenaria, pois ela lida com materiais naturais e de forte apelo emocional. Os temas são trabalhados durante a construção de um objeto de pequeno porte e complexidade e que será propriedade do treinando. Não é necessária nenhuma aptidão prévia em marcenaria, pois a ideia é ensinar as técnicas e estimular a pesquisa sobre o tema. Como qualquer atividade que exija coordenação motora e raciocínio, cada um vai aprender testando e praticando.

Benefícios da união do treinamento com oficina de marcenaria

A marcenaria é um grande aliado quando se trata de bem-estar e qualidade de vida. Fazer coisas com as mãos implica no desenvolvimento de habilidades específicas e, muitas vezes, desconhecidas, podendo converter-se em uma terapia ocupacional que ajuda a melhorar a saúde mental, o bem-estar, a atividade cerebral e a integração social.

Os trabalhos com marcenaria promovem a saúde porque:

- Representam um desafio mental que exercita o cérebro e promove um conjunto de habilidades cruciais para as atividades diárias.
- Favorecem o relaxamento psicomotor, a coordenação e a resolução de problemas, evitando transtornos cognitivos leves.
- Aumentam a concentração, a persistência e a resistência à frustração.
- Preservam a memória, mantem a mente ativa e desenvolvem o raciocínio lógico.
- Promovem o desenvolvimento da coordenação, percepção espacial e habilidades motoras finas.

- Ajudam a manter o corpo e a mente ativa, porque as terminações nervosas localizadas nas pontas dos dedos estão ligadas a diversas partes do cérebro.
- Aumentam o nível de sinapses cerebrais, por conta da aprendizagem.
- Diminuem as chances de depressão com benefícios similares aos da meditação.
- Incentivam a imaginação e a criatividade.
- Melhoram as conexões sociais se praticados em grupo.
- Distraem, divertem, relaxam e fazem seus praticantes se sentirem mais úteis e produtivos.
- Servem como prevenção e tratamento para o estresse.
- Representam uma eficaz maneira de sair da rotina diária e se desconectar dos problemas que causam angústia, ansiedade e outras emoções pouco saudáveis.
- Favorecem o autoconhecimento e autopercepção.

Temas abordados

Planejamento e Implementação

Todas as atividades profissionais requerem um planejamento para sua implementação. O planejamento dita as regras para a execução da tarefa, dá os limites de flexibilização e permite a avaliação dos resultados alcançados, que também funcionam como *feedback* para novas implementações.

O próprio planejamento e implementação do workshop será objeto de análise, com a apresentação do plano de aula, considerações para a sua elaboração e avaliação dos resultados.

Criatividade

A criatividade não é um “dom” concedido apenas para uns poucos privilegiados, porém é deixada de lado conforme crescemos. O desenvolvimento para a fase adulta induz a parar de imaginar, a parar de perguntar, a parar de arriscar...

Estudiosos vêm adotando o termo “combinatividade” porque entendem que criatividade não é criar algo a partir do zero, mas sim a partir da combinação de coisas já conhecidas. Assim, a primeira dica para a criatividade é aumentar o repertório de conhecimentos – só com muitos *inputs* poderemos apresentar *outputs* variados.

Sob este prisma, a marcenaria representa um *input*, diferente daqueles usuais da área de atuação dos participantes, contribuindo para a solução criativa de problemas. A criatividade será tratada sob a luz da criação do objeto que será construído.

Administração do tempo

O objetivo da Administração do Tempo é viabilizar a eficácia pessoal e profissional, através do equilíbrio entre os diversos papéis de uma pessoa. Administrar o tempo é, antes de tudo, uma administração de si mesmo. Implica em tomada de consciência e reavaliação

dos hábitos e rotinas diárias. Quanto melhor o aproveitamento do tempo, melhor será a qualidade profissional e a qualidade de vida.

Para ilustrar a administração de tempo será discutida a definição de prioridades e o controle das ações do workshop, mostrando o tempo como limitador e identificando os desperdícios de tempo ocorridos e suas correções.

Qualidade de vida e estresse

Qualidade de vida implica em preservar e melhorar a nós mesmos, com ações regulares e consistentes e de forma equilibrada e sensata. O estresse prepara o indivíduo para reagir a estímulos ameaçadores, porém deve ser mantido sob controle para evitar efeitos maléficos, tais como irritações, baixa produtividade e até problemas físicos e emocionais.

A marcenaria é usada para promover a reflexão do participante sobre a forma como encara os problemas do seu cotidiano, como isso interfere na sua vida e como deve reagir em prol de mais qualidade.

Proposta

A Reisner Desenvolvimentos, empresa de treinamento empresarial com mais de 20 anos de atuação se uniu a Lazer & Fazer, empresa de marcenaria amadora, para criar este conceito inovador de treinamento para sensibilizar e orientar executivos, gerentes, líderes e chefes.

Formato do Woodshop

As bancadas, ferramentas e materiais em geral serão fornecidos pela Reisner, a empresa terá apenas que ceder o espaço.

Duração: Total de 8 horas aula, sendo 6 horas de marcenaria com orientações para a construção do objeto e informações sobre materiais e ferramentas, e 2 horas para apresentação dos temas acima, com conceituação teórica e analogia com a situação de marcenaria.

As 8 horas são distribuídas em 4 sessões, com 2 horas de duração cada. Estas sessões podem ocorrer em um só dia ou em 4 encontros com no máximo uma semana de intervalo.

Reposição de aulas: É importante que os participantes acompanhem as 4 sessões para evitar perda de continuidade e conseguir terminar o objeto. Caso algum participante necessite faltar, será necessária a reposição da aula. O que poderá acontecer nas 2 horas após o término da aula perdida ou nas 2 horas imediatamente anteriores à aula seguinte. Caberá ao participante combinar com o instrutor qual destas opções prefere.

Local: Será necessária uma sala de 25 a 30 m². Se a sala for para uso exclusivo do Woodshop, as bancadas de trabalho e os objetos elaborados pelos participantes ficarão guardados no próprio local; caso contrário, cada participante deverá levar o

objeto que estiver produzindo, responsabilizando-se em trazê-lo para a aula seguinte.