



PROJETO DE VIDA.



MATERIAL DE APOIO

Disciplina: Projeto de Vida

Nome da aula: Deixa eu me apresentar

Professor(a): Juany Nunes

Tutor(a): Caroline Vendite

Introdução

Você já ouviu falar em Projeto de vida? Trata-se do caminho que o estudante vai traçar de quem ele é e quem realmente quer ser. Isso envolverá os sonhos pessoais, profissionais e para a vida em sociedade, fazendo um planejamento para isso.

Objetivos da aula

O que é projeto de vida?

Importância do projeto de vida

Entender a formação de valores

Resumo

Vimos que projetar a vida é a possibilidade de construirmos uma visão de nós mesmos no futuro. Para isso, é necessário construir bases sólidas para o desenvolvimento do projeto de vida, independente de qual for o seu sonho e o que você pretende construir ao longo de sua jornada.

É necessário desenvolver o autoconhecimento, a partir da construção da identidade. Afinal de contas, para saber onde se quer chegar é necessário saber o seu ponto de partida.

A formação de valores para viver em sociedade é fundamental para a construção de um projeto de vida, pois nossas ações e atitudes impactam na vida de outras pessoas.

Além disso, o desenvolvimento de competências nos ajuda a colocar em prática o que se aprende.

Como aplicar na prática o que aprendeu

O autoconhecimento é uma habilidade que se desenvolve durante toda a vida. Para construir uma visão positiva de si mesmo é importante dedicar um tempo para si.

Pegue um espelho e olhe seu reflexo durante dois minutos. O que observou? Você conseguiria escrever sobre a relação que você tem com você mesmo? O que você enxerga como algo bom, positivo e que reconhece dentro de si mesmo?

Se tivesse a oportunidade de escrever a história da sua vida, por onde começaria? Destaque os fatos, acontecimentos marcantes; descreva também suas habilidades, o que te trouxe aqui e quais sentidos você tem atribuído à sua vida.

Conteúdo bônus

Tópicos avançados

Vamos pensar:

Quais são os valores importantes para o projeto de vida? Podemos citar:

- domínio de tecnologias;
- inteligência socioemocional;
- empreendedorismo.

Tudo isso pode te auxiliar no ingresso da vida profissional, não esquecendo que o aspecto social irá fazer um papel muito importante na sua formação como ser humano.

Seguem algumas dicas para vocês ouvirem, sentirem e olharem para si, pois vão muito de encontro na sua formação como ser humano. Seguem os links abaixo:

É tudo pra ontem – Emicida e Gilberto Gil - <https://youtu.be/qbQC60p5eZk> (**Acesso em 21/11/2022**)

Triste, louca ou má – Francisco, el Hombre - <https://youtu.be/IKmYTHgBNoE> (**Acesso**

em 21/11/2022)

Referência Bibliográfica

EVARISTO, Conceição. **Poemas da Recordação e outros movimentos**. Editora Malê. 2017.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 57ª ed – Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2018.

HOOKS, Bell. **Erguer a voz: pensar como feminista, pensar como negra**. São Paulo Elefante, 2019.

KILOMBA. Grada. **Memórias da Plantação – episódios de racismo cotidiano**; 1ª ed. – Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.

Exercícios

1. De acordo com o que foi visto durante a aula, o que é o Projeto de Vida?

- a) Projeto de Vida é quando a vida não tem sentido e deixamos ela nos levar como nos ensinou o filósofo Zeca Pagodinho.
- b) Projeto de Vida é definir uma meta no futuro e ter a certeza que quando a meta for atingida, todos os problemas serão resolvidos.
- c) Projeto de Vida é planejar objetivos com dia e horário marcado.
- d) Projeto de Vida é a distância entre “quem você é e quem você deseja se tornar”.
- e) Projeto de Vida é a capacidade de não se ver no futuro.

2. Quais as bases para a construção de um Projeto de Vida autêntico?

- a) Autoconhecimento, identidade e habilidades.
- b) Futuro, meta e indicadores.
- c) Competências, habilidades e visão de futuro.

d) Identidade, habilidades e planejamento.

e) Competências, valores e identidade.

3. Para construir uma visão de futuro para si mesmo, o que NÃO é necessário?

a) Construir uma visão positiva e afirmativa sobre si mesmo.

b) Atribuir sentido e significado à própria vida.

c) Ter esperança em nós mesmos e nos outros.

d) Ser a mudança que desejamos para o futuro.

e) Reconhecer que somos apenas as feridas que nos compõem.

4. Quais as dimensões que envolvem a construção de um potente Projeto de Vida?

a) Projeto de Vida é ter a dimensão de um bom trabalho.

b) Dimensões pessoais e produtivas.

c) Dimensão pessoal, social, produtiva e cognitiva.

d) Dimensões Produtivas e sociais.

e) Dimensões sociais, produtivas e pessoais.

Gabarito comentado

1. Letra D. Projeto de Vida é a distância entre “quem você é e quem você deseja se tornar”. Mais do que atuar no mundo do trabalho, vimos que Projeto de Vida é a distância entre quem somos e quem queremos nos tornar.

2. Letra E. Como apresentado na primeira aula ao vivo e neste material, independente do Projeto de Vida, deve ser oferecido as oportunidades para desenvolver a identidade, valores e competências.

3. Letra E. Não é necessário reconhecer que somos apenas feridas que nos compõem. É fundamental construir uma visão positiva e generosa sobre si mesmo para conseguir acreditar que é possível se enxergar no futuro.

4. Letra C. Refletir sobre o Projeto de Vida que se quer é compreender que ele está relacionado ao que temos com nós mesmos(pessoal), à relação que temos com as pessoas a nossa volta (dimensão social), ao mundo do trabalho(dimensão produtiva), a dimensão relacionada ao desenvolvimento dos conhecimentos(dimensão cognitiva).