NOME [Insira seu nome completo]

**PROJETO DE VIDA**

Trabalho apresentado ao Prof. NOME DO PROFESSOR, como requisito avaliativo parcial da disciplina RELAÇÃO: PRINCÍPIOS E VALORES, no Curso de NOME DO SEU CURSO.



Brasília-DF

2025

**PARTE I – Quem sou eu?**

Na primeira etapa do seu projeto de vida, responda à pergunta QUEM SOU EU. Para auxiliar você nesta etapa, siga as perguntas que seguem abaixo. Elabore um texto de 1 página para esta primeira etapa, dando destaque ao que você considera mais relevante. Lembre-se: você não é obrigado(a) a relatar experiências com as quais você se sinta constrangido(a). Mas é importante que reflita sobre elas.

1. Quais maiores influências recebi de minha família? (positivas ou negativas)

2. Quais as influências que a religião teve em minha formação pessoal?

3. Durante a Educação Básica, quais experiências de aprendizagem mais marcaram minha vida nas escolas? (convivência com professores e colegas; conteúdos das disciplinas estudadas, etc.).

4. De que modo o cinema, a TV e o acesso à internet influenciaram minhas decisões pessoais, na definição de meus sonhos?

5. De que modo o meu trabalho (anterior ou atual) alterou meu comportamento? O que tenho aprendido em meu local de trabalho? (positivo ou negativo)

6. Que princípios éticos e/ou valores morais eu considero mais importantes?

7. De que modo eu gosto de ser tratado e devo tratar as pessoas?

8. O que mais penso (ou sinto) sobre mim mesmo? Quem sou eu?

**PARTE II – Quais meus sonhos, objetivos e metas?**

Nesta segunda parte do Projeto de Vida você deverá preencher a TABELA DOS SONHOS, OBJETIVOS E METAS. Esta tabela está estruturada em 3 colunas, a coluna dos SONHOS, dos OBJETIVOS e das METAS.

**TABELA DOS SONHOS, OBJETIVOS E METAS**

| **Sonho** | **Objetivos (etapas de conquista do sonho)** | **Metas:** |
| --- | --- | --- |
| EXEMPLO:  Casa própria bem bonita, próximo à praia, com 4 quartos, lugar.  400.000,00 | 1 juntar o dinheiro da entrada. | Dez/2023 |
| 2 comprou uma casa menor | Jan/2024 |
| 3 economizar novamente para entrada |  |
| 4 vender a primeira casa + economias = entrada |  |
| 5 comprar a casa dos sonhos. |  |
|  | 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
|  | 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
|  | 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
|  | 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |

**PARTE III – Hábitos para o presente**

Depois que você estabeleceu sonhos, objetivos e metas, você precisa se preparar corretamente para alcançá-los. Este preparo está relacionado às suas atitudes, à maneira como você age dia após dia. Imagine que seu sonho é um grande castelo, feito de tijolos de barro. A maneira como você age todos os dias, as suas atitudes representam cada tijolo que é utilizado para a construção do castelo.

Para a análise dos seus hábitos, do seu comportamento, retomaremos as Dimensões Constituíntes do Propósito de Vida, pois representam competências que precisamos desenvolver, no caminho rumo aos nossos sonhos.

| Dimensão Espiritual | * Como tenho cultivado minha vida espiritual? * Que valores eu tenho cultivado? * Que novas atitudes cotidianas devo assumir para ter êxito nesta dimensão? |
| --- | --- |
| Dimensão  Psicoafetiva | * Como tenho cuidado de seus sentimentos? * Como avalio sua autoestima? * Tenho facilidade de perdoar os que me ofendem? * Tenho facilidade de me perdoar, pelos erros que já cometi na vida? * Tenho humildade para reconhecer meus erros e buscar uma mudança de rota, assumir novas estratégias? * Que novas atitudes cotidianas devo assumir para ter êxito nesta dimensão? |
| Dimensão Psicossocial | * Como tenho tratado as pessoas com as quais convivo? * Tenho sido egoísta ou solidário? * Consigo me relacionar bem na família, na escola e no ambiente de trabalho? * Consigo trabalhar em equipe e desejar sinceramente o sucesso das pessoas que estão ao meu redor? * Que novas atitudes cotidianas devo assumir para ter êxito nesta dimensão? |
| Dimensão Política | * Tenho me importado com as questões sociais e políticas? * Ou tenho assumido uma postura mais individualista? * Tenho alguma participação comunitária mais presente? (na igreja, na associação de bairro, no sindicato, na associação de pais e mestres, etc.). * Participo de alguma Organização Social, com atuação em trabalhos voluntários? * Minha atuação profissional tem algum impacto direto ou indireto no cenário social e político de minha cidade, estado ou país? * Que novas atitudes cotidianas devo assumir para ter êxito nesta dimensão? |
| Dimensão Técnica | * Quais habilidades e competências técnicas preciso desenvolver para alcançar meus objetivos e metas profissionais? * Que cursos preciso realizar? Que conteúdos estudar? * Tenho uma vida disciplinada de estudo (formal ou informal)? * Quantos livros tenho lido anualmente? * Consigo fazer a gestão do meu tempo com eficiência? * Que novas atitudes cotidianas devo assumir para ter êxito nesta dimensão? |