



## **Mentoria para a Educação Profissional**

### **UNIDADE 01: Minha escolha: ser professor!**

#### **Minha história de carreira - MHC**

Continuando as atividades que te levam a um mergulho na sua história de vida e carreira vamos partir para a segunda atividade que é responder algumas perguntas sobre as coisas que gostávamos e as pessoas que admirávamos quando pequenos.

Estas perguntas fazem parte de um roteiro de autoconhecimento e reflexão de carreira chamado 'MHC - Minha história de carreira\*', elaborado pelos autores Paul Hartung e Mark Savickas, este último um dos principais expoentes da área da orientação de carreira no mundo contemporâneo (há mais informações sobre este autor e até um trecho de uma entrevista com ele no MOOC 'Processos de orientação educacional e profissional'). O MHC compõe-se de um conjunto de exercícios autobiográficos que pode ser utilizado tanto como instrumento durante um processo de orientação profissional, quanto como um estímulo para a autorreflexão do próprio orientador, ou no caso aqui, do professor-mentor.

Na concepção dos autores do instrumento, para que se compreenda melhor e pense sobre como pode usar o trabalho para ser a pessoa que deseja ser, é importante refletir sobre a sua história de vida. Conhecer e contar a história da sua vida, ou autobiografia, acrescenta significado aos seus planos e escolhas de carreira. As atividades do "Minha História de Carreira" (MHC) procuram ajudá-lo a contar, ouvir e criar a sua história de vida. Pense no MHC como um espelho para ver a si mesmo.

Vamos então colocar a mão na massa e olhar de perto para este espelho através da atividade.