

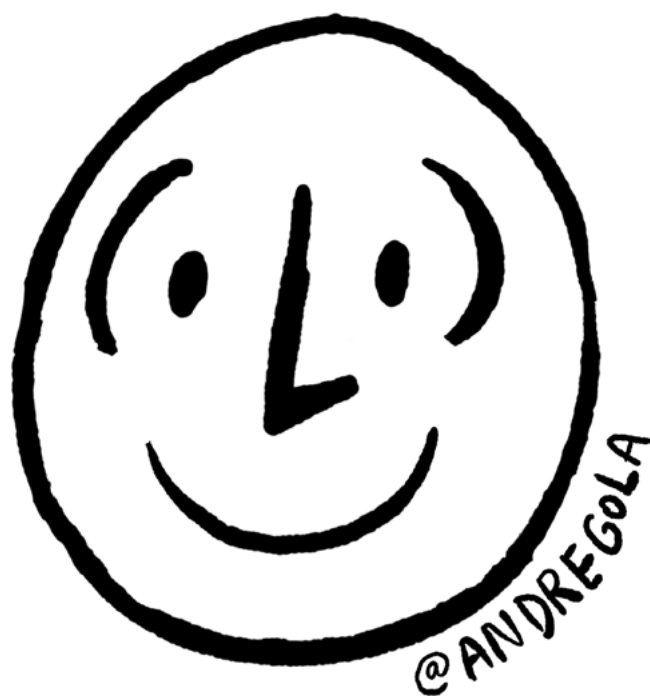
**AME #**  
**SUA #**  
**MENTE**



Ficha informativa - Outubro/2020

# PROJETO DE VIDA

Público-alvo: alunos do ensino médio.



**Autoria: Ana Carolina D'Agostini**

Psicóloga e Pedagoga Formadora e produtora de conteúdo do Instituto Ame Sua Mente

# Realização



# Apoio



# Parceiros



# Introdução

Muito tem se falado sobre o possível aumento da evasão escolar dos alunos de escolas públicas como uma das consequências mais graves da pandemia da covid-19<sup>1,2</sup>. Dentre os principais motivos para esse aumento – além de elementos como a dificuldade de acesso à internet, o distanciamento físico, a situação econômica instável e a necessidade de trabalhar para ajudar a família – destaca-se a **motivação**.



Construir um projeto de vida enquanto se é estudante é elemento-chave para **resgatar o interesse na escola, manter a motivação nos estudos** e ter foco na busca por **objetivos de longo prazo**. *Trabalho e projeto de vida*<sup>3</sup> são, inclusive, uma das dez competências gerais da Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Ter um projeto de vida aponta para a importância de os alunos conhecerem as profissões e serem capazes de gerir e planejar os próprios projetos com autonomia, pensamento crítico, liberdade, esforço e responsabilidade. Além disso, a BNCC defende que os alunos devem desenvolver a capacidade de utilizar os seus pontos fortes e aqueles a melhorar para **superar obstáculos** e alcançar aquilo a que almejam, lidando com estresse, frustração e eventuais adversidades.

---

1 [Pandemia deve intensificar abandono de escola entre alunos mais pobres](#)

2 [Com isolamento prolongado, cresce temor de pais sobre evasão escolar na pandemia](#)

3 [Fundação Lemann, Fundação Telefônica e Porvir](#)

Para auxiliar os estudantes nessa jornada é recomendado que haja a reflexão e o trabalho ativo nas seguintes dimensões:

## 1. Eu (autoconhecimento)

- Promova atividades que possibilitem que os estudantes possam se conhecer, mapear os seus principais interesses e as expectativas que têm para si;
- Valorize as individualidades de cada um, auxiliando-os a construir as próprias narrativas sobre as possibilidades presentes e futuras;
- Crie espaço para que os estudantes entrem em contato com as próprias motivações, pois é justamente esse conhecimento que pode conduzi-los para a ação.



## 2. Outro (como eu impacto e sou impactado pelo próximo)

- Facilite atividades que possibilitam com que os jovens visualizem o seu campo de possibilidades;
- Discuta princípios éticos que devem nortear a relação com o outro em múltiplas dimensões: em casa, na escola, com os amigos e na sociedade em geral.

### 3. Nós (a relação com o mundo)

- Escolha atividades que favorecem que o jovem possa desenvolver estratégias práticas para atingir seus objetivos pessoais;
- Promova espaços reflexivos de formação humana que auxiliam que os adolescentes pensem o que podem fazer por si mesmos, pelo outro e pela sociedade;
- Fale sobre escolha profissional, porém, não se restrinja a esse tópico. Ajude-os a reconhecer o valor do trabalho não somente como uma maneira de realização pessoal, mas também como transformação social, iluminando o papel das consequências de suas ações e escolhas.

Abordar de forma sistemática o projeto de vida dos estudantes nesse cenário de pandemia é fundamental, pois, além da possibilidade de potencialmente reduzir os índices de evasão escolar, representa um fator de promoção e de proteção à saúde mental.





**[www.amesuamente.org](http://www.amesuamente.org)**

amesuamente@amesuamente.org.br

Rua Marselhesa, 642  
Vila Mariana, São Paulo, SP  
CEP: 04020-060

[www.instagram.com/ame\\_sua\\_mente](https://www.instagram.com/ame_sua_mente)  
[www.facebook.com/amesuamenteinstituto](https://www.facebook.com/amesuamenteinstituto)