

Para usar com seus alunos

15 pontos para a construção do projeto de vida em 2021

Neste momento, sonhar com o futuro e cultivar resiliência diante das dificuldades pode ser ainda mais desafiador para os adolescentes. Saiba dicas de especialistas para ajudá-los

Dimalice Nunes



Ilustração: Julia Coppa/NOVA ESCOLA

A fragilidade do momento que estamos atravessando pode minar algo que é tão vibrante e essencial na experiência de ser adolescente: a capacidade de sonhar. Se adultos têm dificuldade para se manterem resilientes, como dar aos jovens ferramentas para que se mantenham engajados nos estudos, desenvolvam objetivos próprios e se mantenham fiéis a eles? Como estimular os estudantes a continuarem sonhando com seu futuro e pavimentarem o caminho que pode levá-los a realizar essas aspirações?

Como explica Hanna Danza, doutora em Psicologia e Educação pela Universidade de São Paulo e docente do curso de especialização em Projetos de Vida no Instituto Singularidades, a construção do projeto de vida é um processo complexo e não linear, o que significa que não existe um caminho único para elaborá-lo.

Mesmo assim, estudos mostram que o grau de escolarização é um fator determinante para aumentar o campo de possibilidades dos jovens no futuro. Por isso, quanto antes os alunos reconhecerem a importância dos estudos para conquistarem seus sonhos, melhor.

Para além desse fator, os estudos ampliam o conhecimento que os alunos têm sobre o mundo, permitindo que explorem realidades e fenômenos até então desconhecidos, o que pode levá-los a

encontrar as fontes de seus projetos e ampliar seus interesses.

Além de Hanna, NOVA ESCOLA conversou também com a especialista em educação Simone André e preparou este passo a passo com orientações para que os educadores estimulem os alunos a construir seus projetos de vida.



Sonhar para estudar, estudar para sonhar: Dicas para construir o projeto de vida em 2021

1. Convide os alunos a criar uma rotina para além daquela que é oferecida pelo horário escolar.

Nela, é preciso incluir pausas para descanso, lazer e pesquisas sobre temas de interesse dos alunos, para além daqueles que estão sendo explorados nas aulas.

2. Proponha que os alunos criem suas próprias ferramentas de organização e planejamento (como *planner*, *bullet journal*, agenda, calendário, entre outros). Essa é uma forma de eles usarem a criatividade e desenvolverem a metacognição, compreendendo quais instrumentos funcionam melhor para suas necessidades.

3. Contribua para que os alunos compreendam a importância de priorizar tarefas, o que pode ser feito por meio do trabalho em grupo. É importante convidar os alunos para que extrapolem esse aprendizado para a organização pessoal.

4. Converse com os alunos sobre os sentimentos agradáveis e desagradáveis que emergem quando eles conseguem ou quando não conseguem se organizar para realizar as tarefas. O reconhecimento desses sentimentos deve ser um fator de motivação para que eles planejem e organizem a execução das tarefas.

5. Proponha situações de aprendizagem em que os alunos aprendam a pedir e oferecer ajuda para organizar os estudos. O reconhecimento das próprias dificuldades e dos momentos em que é preciso contar com a ajuda dos adultos ou de outros colegas é fundamental para o desenvolvimento. Você pode criar um momento durante a aula ou um instrumento online em que os alunos possam pedir e oferecer ajuda para temas específicos, como provas, tarefas, etc.

6. Crie um calendário com momentos frequentes e regulares para conversar com os seus alunos sobre o que eles desejam para o futuro.

7. Incentive a exploração do mundo comum, mesmo que virtualmente, solicitando que eles façam uma pasta de descobertas interessantes que podem ampliar seu repertório sobre possibilidades de projetos de vida. Proponha que eles compartilhem essas descobertas com os colegas, favorecendo a ampliação do repertório da turma.

8. Elabore situações de aprendizagem nas quais os alunos precisem mobilizar o conhecimento que têm sobre si mesmos, de modo que possam compreender o que valorizam e o que agrega sentido em suas vidas. Essas situações podem envolver perguntas clarificadoras, entrevistas uns com os outros, exercícios autobiográficos entre outras possibilidades.

9. Convide outros adultos a relatar suas experiências de vida aos alunos, abrindo espaço para que sejam feitas perguntas sobre suas escolhas, dúvidas e desafios.

10. Proponha estratégias de monitoramento do projeto de vida, de modo que os alunos possam reconhecer no que estão avançando e no que precisam se dedicar mais.

11. Incentive a escuta. Dedique, em todas as aulas, um tempo para conversar sobre como os alunos estão naquele dia, o que pensam e sentem em relação ao que farão juntos. Mostre como é importante ser acolhedor consigo e com os colegas, sem julgamentos, críticas ou piadinhas. É um momento para conhecerem a si e aos outros.

12. Ofereça momentos para que os alunos perguntem a si mesmos e aos professores o sentido daquele conhecimento para si mesmos, suas vidas, seus sonhos, seus interesses, seu desejo de resolver problemas que afetam seu cotidiano. Abra espaço para que os alunos conversem com você e

com os colegas sobre o que já sabem sobre o tema da aula e o que não sabem ainda. Não saber (ainda) é o primeiro passo para descobrir.

13. Comemore cada passo em direção aos objetivos propostos. Fique atento a cada passo que os alunos derem na solução dos problemas que se propuseram a resolver naquela aula, no mês, no bimestre, no ano. Pequenos passos são tão ou mais importantes que as grandes conquistas.

14. Incentive os alunos a mostrarem o que fizeram que deu certo ou errado, usando o que aprenderam em outras situações novas e que tragam para a aula os resultados de suas experiências em outros contextos.

15. Celebre sonhos e futuros possíveis. Proponha a conversa sobre futuros ainda não imaginados, momentos em que o assunto da aula é "sentar em torno da fogueira" e falar sem críticas ou julgamentos sobre seus sonhos e como imaginam futuros para si e as pessoas. Os alunos precisam expor seus sonhos e como imaginam um futuro para todos.

