

**UNIVERSIDADE MUNICIPAL DE SÃO CAETANO DO SUL
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO
MESTRADO PROFISSIONAL**

Amanda Barbosa da Silva

**PRODUTO EDUCACIONAL: ENTRE SONHOS E METAS – UM GUIA
PARA SUA TRILHA DE AUTOCONHECIMENTO E PROJETO DE
VIDA**

**São Caetano do Sul – SP
2025**

AMANDA BARBOSA DA SILVA

**PRODUTO EDUCACIONAL: ENTRE SONHOS E METAS – UM GUIA
PARA SUA TRILHA DE AUTOCONHECIMENTO E PROJETO DE
VIDA**

Produto Educacional apresentado ao Programa de Pós- Graduação em Educação - Mestrado Profissional - da Universidade Municipal de São Caetano do Sul como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Educação.

Área de concentração: Formação de Professores e Gestores

Orientadora: Profa. Dra. Elizabete Cristina Costa Renders

**São Caetano do Sul – SP
2025**

FICHA CATALOGRÁFICA

SILVA, Amanda Barbosa da
Prática Docente em Cursos de Qualificação para Jovens Aprendizizes: Em Perspectiva a Dimensão Inclusiva do Projeto de Vida/Amanda Barbosa da Silva - São Caetano do Sul: USCS – Universidade Municipal de São Caetano do Sul/ Programa de Pós- Graduação em Educação, 2024.
139 f. : il.

Orientadora: Profa Dra Elizabete Cristina Costa Renders

ISBN 978-65-01-41833-9

Dissertação (Mestrado Profissional) – USCS, Universidade Municipal de São Caetano do Sul, Programa de Pós-Graduação em Educação, 2024.

1. Normalização da documentação. 2. Trabalho final de mestrado profissional. 3. Dissertação. 4. Documentos (elaboração). 5. Documentos eletrônicos. I. Silva, Amanda Barbosa.

**Reitor da Universidade Municipal de São Caetano do Sul
Prof. Dr. Leandro Campi Prearo**

**Pró-reitora de Pós-graduação e Pesquisa
Profa. Dra. Maria do Carmo Romeiro**

**Gestão do Programa de Pós-graduação em Educação
Profa. Dra. Ana Sílvia Moço Aparício**

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	Capa do Jogo Educacional.....	22
Figura 2	Sumário.....	23
Figura 3	Tabuleiro.....	24
Figura 4	Árvore das influências.....	26

LISTA DE QUADROS

Quadro 1	Curtigrama.....	25
Quadro 2	Quadro Hobbies.....	27
Quadro 3	Identificação de talentos.....	28
Quadro 4	Atividade Habilidades e Aptidões.....	29
Quadro 5	Tabela CHAV.....	30
Quadro 6	Identificação das Emoções.....	32
Quadro 7	Tabela das Características.....	33
Quadro 8	Identificação de Crenças e Valores.....	34
Quadro 9	Sonhos.....	36
Quadro 10	Metas.....	37
Quadro 11	Planejamento pessoal.....	38
Quadro 12	Carreiras.....	39
Quadro 13	Empregabilidade.....	40
Quadro 14	Remuneração.....	40

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

POPPA	Prática Pedagógica da Aprendizagem
SENAC	Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	15
2 TRILHA DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL – FERRAMENTAS PARA COMPOR O PROJETO DE VIDA DE JOVENS APRENDIZES.....	17
3 PRODUTO EDUCACIONAL.....	20
3.1 Trilha de desenvolvimento pessoal e profissional: um jogo que apoia o trabalho com projetos de vida.....	20
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	42
REFERÊNCIAS.....	43
APÊNDICE A – Fichas para o Jogo: Entre Sonhos e Metas.....	44
SOBRE OS AUTORES.....	60

1 INTRODUÇÃO

O produto educacional “Entre Sonhos e Metas: Um guia para sua trilha de autoconhecimento e projeto de vida”, integra o trabalho final de curso intitulado “Prática Docente em Cursos de Qualificação para Jovens Aprendizizes: Em Perspectiva a Dimensão Inclusiva do Projeto de Vida”, defendido no dia 13/02/2025.

Este produto educacional nasceu de uma necessidade de elaborar ferramentas para orientação da busca por profissões e projeto de vida, voltadas para jovens em situação de vulnerabilidade social. O momento de escolha profissional costuma ser um momento de muita angústia para o jovem, independentemente de sua classe social. Uma orientação vocacional profissional, que considere todos os leques de possibilidades de atuação, acaba sendo algo restrito, na maioria das vezes, aos jovens das classes sociais mais altas. O jovem pertencente a camadas sociais menos abastadas precisa enfrentar, além dessa angústia da decisão, a preocupação de sua inserção no mercado, captação de renda e superação das dificuldades de conciliar estudos, trabalho e projeção profissional.

Neste cenário, pensar orientação para projeto de vida desse perfil de jovem requer que este profissional esteja familiarizado não somente com os temas, mas também com a realidade do jovem trabalhador brasileiro. Os Programas de Aprendizagem Profissional surgem para suprir a demanda da inserção de jovens inexperientes no mercado de trabalho, onde juntamente à atuação profissional, eles passem por uma formação generalista para capacitá-los em sua atuação no mundo do trabalho. Os professores atuantes nesses programas de formação acabam se deparando com a missão de despertar esses jovens para a vida em sociedade e para essas possibilidades de escolha e planejamento do seu futuro.

Nos processos seletivos para contratação docente para o Programa de Aprendizagem, normalmente os requisitos são experiências na área administrativa/comercial, e alguma licenciatura, onde exista a garantia de que o profissional tenha familiaridade com a educação e no trabalho em sala de aula. Mas isso não os capacita para trabalhar efetivamente nessa reflexão que é desenvolver um projeto de vida.

Proporcionar aos docentes um referencial de trabalho para auxílio do jovem neste processo de planejamento, é o objetivo deste produto educacional. A ideia é que ele possa ser auto instrucional, dinâmico e eficaz em suas propostas.

É possível conhecer este produto no seguinte link:
https://drive.google.com/file/d/1jeJA19b2W0FKrOzvEBFm8dO8EXx2qBt/view?usp=drive_link

2 TRILHA DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL: CARACTERIZAÇÃO DO PRODUTO DESENVOLVIDO

Com o intuito de aprimorar o processo de ensino e aprendizagem, foi concebido um produto com uma intencionalidade de suporte didático à professores. Este produto tem como objetivo principal fornecer suporte aos docentes que ministram o curso de Aprendizagem Profissional Comercial de Bens, Produtos e Serviços no Senac Tiradentes. Seu propósito é auxiliar na elaboração de planos de aula e no fornecimento de ferramentas que conduzam os alunos na construção de seus projetos de vida.

De acordo com Braga (2008), um objeto de aprendizagem pode ser dividido em duas características essenciais: a caracterização técnica e a caracterização pedagógica. Neste sentido, o produto em questão apresenta uma clara definição de ambas as características.

No que se refere à caracterização técnica, nosso produto (o objeto de aprendizagem) assume a forma de um jogo de tabuleiro. Esse formato oferece inúmeras vantagens aos discentes, permitindo que eles tracem sua própria trajetória de desenvolvimento. Com o auxílio do docente, os estudantes podem formular, repensar e ajustar estratégias para planejar e atingir seus objetivos de forma mais eficaz. A interatividade proporcionada pelo jogo facilita o processo de aprendizado, tornando-o mais envolvente e personalizado.

A abordagem pedagógica visa alinhar o produto com as práticas de ensino e aprendizagem. Isso significa que o produto não é apenas uma ferramenta tecnológica, mas sim um recurso pedagógico que apoia os docentes no desenvolvimento de habilidades e competências dos alunos. Os educadores podem utilizar o produto para orientar os estudantes na definição de metas educacionais e na construção de seus projetos de vida de maneira significativa.

Em resumo, o produto educacional em questão desempenha um papel fundamental no contexto da educação. Ele une a intencionalidade didática com a caracterização técnica e pedagógica, oferecendo uma solução abrangente para os docentes da Aprendizagem. Este produto não só aprimora o ensino e aprendizado, mas também capacita os alunos a moldar seu próprio futuro de forma mais eficaz e consciente, promovendo um ambiente educacional mais rico e envolvente.

O produto foi desenvolvido considerando as seguintes dimensões:

- Dimensão Semântica: elaboração do Projeto de Vida

A primeira dimensão do nosso produto se concentra na elaboração do projeto de vida. Nesse contexto, significa fornecer aos jovens aprendizes a capacidade de planejar e visualizar seu futuro. Isso inclui a definição de metas profissionais, educacionais e pessoais, identificação de valores e interesses pessoais, bem como o desenvolvimento das habilidades necessárias para alcançar esses objetivos. O objetivo é capacitar os alunos a pensar de forma estruturada e clara sobre seu futuro e a tomar decisões informadas.

- Dimensão Pedagógica: apoio didático aos docentes que trabalham com o Projetos de Vida

A dimensão pedagógica do produto visa fornecer apoio aos docentes. Isso significa oferecer recursos, estratégias e materiais educacionais que ajudem os professores a orientar os alunos no processo de planejamento de seus projetos de vida. Os docentes desempenham um papel fundamental ao inspirar, motivar e capacitar os jovens a definir seus objetivos e estratégias para alcançá-los. Portanto, o produto busca ser uma ferramenta que auxilie os educadores a desempenhar esse papel de maneira eficaz.

- Dimensão Pragmática: jogo de tabuleiro para apoiar a mediação docente

Na dimensão pragmática, nosso produto assume a forma de um jogo de tabuleiro. Este jogo contém informações práticas e resultados relacionados ao projeto de vida, tornando-o uma ferramenta valiosa para os professores. Os resultados ajudam os docentes a avaliar o progresso dos alunos e a ajustar suas estratégias de ensino de acordo com as necessidades individuais. Além disso, o caráter interativo do jogo, proporciona aos alunos uma experiência de aprendizado envolvente, permitindo-lhes explorar e refletir sobre suas escolhas e metas.

- Dimensão Tecnológica: material digital

A dimensão tecnológica do produto se traduz nos insumos e materiais fornecidos também por meio digital. Isso significa que os anexos do produto estarão disponíveis digitalmente, o que oferece flexibilidade de acesso para os alunos e professores. A tecnologia envolvida neste processo permite interatividade, recursos multimídia e a capacidade de rastrear e analisar o

progresso dos alunos, tornando-o uma ferramenta moderna e eficaz para o processo de aprendizado e orientação de projetos de vida.

3 O PRODUTO EDUCACIONAL EM SI: ENTRE SONHOS E METAS

Este produto educacional *Entre Sonhos e Metas* resulta da necessidade de elaborar ferramentas que deem suporte aos professores que atuam no projeto de vida voltado para jovens em situação de vulnerabilidade social.

O momento de escolha profissional, costuma ser um momento de muita angústia ao jovem, independentemente de sua classe social. Todavia, uma orientação vocacional profissional que considere todos os leques de possibilidades de atuação, acaba sendo algo restrito na maioria das vezes, aos jovens das classes sociais mais altas. O jovem pertencente às camadas sociais menos abastadas precisa enfrentar, além dessa angústia da decisão, a preocupação de sua inserção no mercado, captação de renda e superação das dificuldades de conciliar estudos, trabalho e projeção profissional.

A partir deste cenário, a orientação para projeto de vida desse perfil de jovem requer que este profissional esteja familiarizado não somente com os temas, mas também com a realidade do jovem trabalhador brasileiro.

Os Programas de Aprendizagem Profissional surgem para suprir a demanda da inserção de jovens inexperientes no mercado de trabalho, pois juntamente à atuação profissional, eles passam por uma formação generalista para capacitá-los em sua atuação no mundo do trabalho. Os professores atuantes nesses programas de formação acabam se deparando com a missão de despertar esses jovens para a vida em sociedade e para essas possibilidades de escolha e planejamento do seu futuro.

Nos processos seletivos para contratação docente para o Programa de Aprendizagem, normalmente os requisitos são experiências na área administrativa/comercial, e alguma licenciatura, onde exista a garantia de que o profissional tenha familiaridade com a educação e no trabalho em sala de aula. Todavia, isso não os capacita para trabalhar efetivamente na proposta do projeto de vida, sendo esta a demanda a ser atendida por este produto educacional. Pretendemos que este seja um objeto de aprendizagem autoinstrucional, dinâmico e eficaz em suas propostas.

3.1 Trilha de desenvolvimento pessoal e profissional: um jogo que apoia o trabalho com projetos de vida

Reconhecendo que a educação é um pilar fundamental no desenvolvimento de profissionais e cidadãos, este produto tem como objetivo principal fornecer suporte aos docentes que atuam com o tema projeto de vida junto as juventudes em diferentes contextos. Seu propósito é auxiliar na elaboração de planos de aula e no fornecimento de objetos de aprendizagem que conduzam os alunos na construção de seus projetos de vida.

De acordo com Braga (2008), um objeto de aprendizagem pode ser dividido em duas dimensões essenciais: a caracterização técnica e a caracterização pedagógica. Neste contexto, o produto em questão apresenta uma clara definição de ambas as características.

No que se refere à caracterização técnica, o objeto de aprendizagem assume a forma de um jogo de tabuleiro e cartas, que ele seja interativo, pois esse formato oferece inúmeras vantagens aos discentes, permitindo que eles tracem sua própria trajetória de desenvolvimento. Com o auxílio do docente, os estudantes podem formular, repensar e ajustar estratégias para planejar e atingir seus objetivos de forma mais eficaz.

Na perspectiva da caracterização pedagógica, o produto é um recurso pedagógico que apoia os docentes no desenvolvimento de habilidades e competências dos alunos na construção do seu projeto de vida. Os educadores podem utilizar o produto para orientar os estudantes na definição de metas educacionais e na construção de seus projetos de vida de maneira colaborativa.

No processo de desenvolvimento de um produto educacional, segundo (Braga, 2008) é importante considerar as dimensões semântica, pedagógica, técnica e pragmática do mesmo. Respeitando estas dimensões, este produto educacional foi desenvolvido da seguinte forma.

O produto educacional intitulado “Entre Sonhos e Metas – Um Guia para Sua Trilha de Autoconhecimento e Projeto de Vida” foi desenvolvido na forma de um jogo de tabuleiro e cartas. Este formato foi escolhido para proporcionar uma abordagem interativa e envolvente, que visa auxiliar os jovens, com o apoio fundamental do profissional docente, no processo de reflexão e elaboração de seus projetos de vida.

O jogo de tabuleiro foi estruturado para guiar os jogadores por uma série de etapas que incentivam a auto exploração e o planejamento. As cartas servirão como ferramentas que apresentarão desafios, perguntas reflexivas e atividades que estimulam o autoconhecimento e a definição de metas pessoais e profissionais.

A proposta do produto é criar um ambiente lúdico que permita aos jovens explorar suas aspirações e desenvolver habilidades essenciais para a construção de um projeto de vida sólido e realista. Com a intervenção do docente, o jogo proporcionará momentos de orientação e discussão, facilitando a reflexão profunda e o planejamento individualizado. Esse formato não só torna o processo de elaboração do projeto de vida mais acessível e menos intimidante, mas também promove uma abordagem colaborativa e interativa, permitindo que os jovens se envolvam ativamente na construção de seu futuro com clareza e propósito.

O produto educacional será utilizado em sala de aula e conduzido pelo docente como um recurso pedagógico essencial. O professor aplicará o produto durante as aulas focadas na temática de projeto de vida, integrando-o às atividades curriculares para enriquecer o processo de aprendizagem.

É importante ressaltar que a construção do protótipo foi desenvolvida com a colaboração dos participantes da pesquisa. Embora o material já tenha sido inicialmente esboçado, ele foi refinado e aperfeiçoado com base nas contribuições e feedback dos participantes da pesquisa. Portanto, esta é a versão inicial deste protótipo.

Figura 1 – Capa do Jogo Educacional



Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

O sumário foi elaborado para apresentar o objeto de aprendizagem e fornecer uma introdução clara ao conceito de projeto de vida e aos objetivos do jogo.

Inicialmente, informa o usuário sobre a importância e as regras envolvidas na dinâmica. Em seguida, apresenta os eixos de reflexão necessários para a construção de um plano de vida que inclua interesses, habilidades, autoconhecimento, objetivos, inclusive, visando a inclusão no mercado de trabalho.

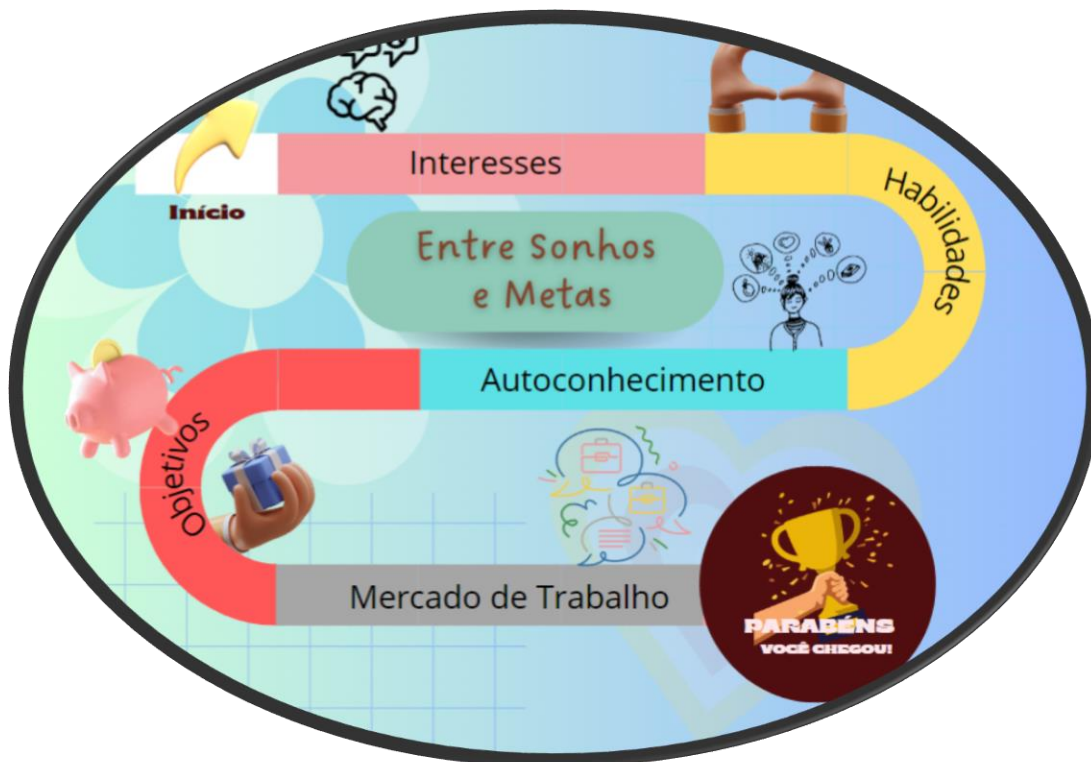
Figura 2 – Sumário



Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

O tabuleiro do jogo foi composto por diversas casas temáticas. À medida que o participante avança pelo tabuleiro ao lançar o dado, ele passará por áreas dedicadas a interesses, habilidades, autoconhecimento, objetivos e mercado de trabalho. Ao retirar cartas correspondentes, o participante será incentivado a refletir sobre esses temas e registrar suas conclusões e insights diretamente em seu projeto de vida. Este processo visa promover uma exploração profunda e estruturada, ajudando o usuário a construir um plano de vida mais claro e fundamentado.

Figura 3 - Tabuleiro



Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

As cartas sobre os diferentes itens do jogo foram submetidas a um processo de discussão colaborativa com os docentes participantes da pesquisa. Esse processo permitirá que as percepções e necessidades dos educadores sejam plenamente incorporadas ao desenvolvimento do material.

Por meio dessas discussões, foi possível ajustar e refinar as cartas para que reflitam as realidades e desafios encontrados pelos professores na condução da temática de projeto de vida. Este diálogo com os docentes visou garantir que o conteúdo seja relevante, aplicável e alinhado com as práticas pedagógicas e as necessidades dos alunos.

Cada um dos cinco temas centrais do jogo é representado por três casas, e o dado utilizado foi de modelo D3. Esse formato garante que, a cada jogada, o

participante passará por pelo menos uma casa de cada temática, proporcionando uma abordagem abrangente e dinâmica das questões abordadas no jogo.

No ambiente "Interesses", as cartas estão distribuídas da seguinte forma:

- Casa 01 – Levantamento de Interesses
- Casa 02 – Influências
- Casa 03 – Hobbies

Caso o participante jogue o dado e caia na Casa 01, será apresentada a proposta de atividade intitulada *Curtigrama*, que visa promover o levantamento de interesses. Nessa atividade, o participante deverá elaborar uma lista de acordo com a seguinte lógica: *O que gosta e faz*, *O que não gosta e faz*, *O que gosta e não faz*, e *O que não gosta e não faz*. Com o auxílio do docente, o jovem será incentivado a refletir sobre seu projeto de vida a partir dessa organização. O professor deverá orientá-lo a identificar as habilidades e competências mais presentes nas atividades que o participante considera prazerosas e fáceis de realizar.

Quadro 1 - Curtigrama

Gosto e faço		Gosto e não faço
Não gosto e faço		Não gosto e não faço

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Essa análise ajudará o jovem a entender como essas competências podem ser aplicadas em sua escolha profissional, permitindo que ele visualize como elas podem ser úteis e contribuir para o seu sucesso nas funções que venha a desempenhar. A ferramenta *Curtigrama* servirá, assim, como um ponto de partida para o desenvolvimento de uma visão mais clara e estratégica de seu futuro profissional.

Caso o dado caia na Casa 2 – Influência, o participante será convidado a preencher uma árvore inspirada em uma árvore genealógica. No entanto, em vez de listar seus familiares, ele irá identificar as pessoas que admira e que têm influência

em suas escolhas profissionais. Essa atividade foi adaptada para considerar a diversidade do público-alvo, levando em conta diferentes configurações familiares e o contexto de jovens que, muitas vezes, ainda não conseguiram romper com ciclos de pobreza. A proposta busca, assim, ampliar a compreensão das influências que moldam as decisões profissionais, considerando não apenas os laços familiares, mas também as figuras e experiências externas que impactam as trajetórias desses jovens.

Figura 4 – Árvore das Influências



Fonte: Desenvolvida pela pesquisadora (2024)

Ainda no ambiente Influências, caso o participante caia na Casa 03, será apresentada a proposta *Hobbies*. Nessa fase, o participante deverá listar as atividades que considera como formas de lazer e que têm seu interesse, refletindo sobre quais carreiras estão associadas a essas atividades. Além disso, será desafiado a pensar

em outras profissões que exigem habilidades semelhantes às que ele utiliza em seus hobbies. Essa atividade tem como objetivo ajudar o participante a estabelecer conexões entre seus interesses e prazeres pessoais e as possibilidades de aplicação profissional dessas atividades.

Quadro 2 – Quadro Hobbies

Hobbies	Habilidade Exigidas	Profissões relacionadas

Fonte: Desenvolvida pela pesquisadora (2024)

Ao relacionar suas preferências com diferentes trajetórias profissionais, o jovem pode descobrir novas opções de carreira que não haviam sido consideradas anteriormente, ampliando suas perspectivas sobre o mercado de trabalho. Essa estratégia visa também fortalecer a ideia de que as habilidades adquiridas em atividades prazerosas, como hobbies, podem ser valiosas e transferíveis para o ambiente profissional, oferecendo uma forma de aplicar seus talentos de maneira mais estratégica e alinhada com suas paixões. Dessa forma, a atividade contribui para uma reflexão mais profunda sobre como seus interesses pessoais podem se traduzir em oportunidades de crescimento e desenvolvimento profissional.

Seguindo o fluxo do tabuleiro, o próximo ambiente que o jovem encontrará é o de Habilidades. Nesse espaço, ele terá a oportunidade de aprofundar suas reflexões sobre as competências que possui, analisando como essas habilidades podem ser aplicadas e valorizadas no ambiente profissional. A atividade propõe que o jovem identifique suas fortalezas, considerando tanto habilidades técnicas quanto socioemocionais, e reflita sobre como elas podem contribuir para o sucesso em diversas áreas profissionais. Esse processo de autodescoberta é essencial para que ele compreenda como suas habilidades podem ser um diferencial no mercado de trabalho, além de ajudá-lo a direcionar sua trajetória profissional de forma mais assertiva e alinhada aos seus interesses e objetivos.

Caso o participante caia na Casa 04, será apresentada a atividade *Identificação dos Talentos*. O objetivo dessa atividade é ajudar o jovem a ampliar sua percepção

sobre suas potencialidades, desafiando a ideia de que talento é um dom inato ou algo exclusivo de poucas pessoas privilegiadas. A proposta busca desmistificar o conceito de talento, mostrando que todos possuem habilidades únicas que podem ser desenvolvidas e aprimoradas ao longo do tempo. A atividade incentiva o participante a reconhecer suas capacidades, valorizando suas experiências e explorando como essas habilidades podem ser aplicadas em diferentes contextos profissionais e pessoais.

Quadro 3 – Identificação de Talentos

O que é talento?	
<p>Avaliação de habilidades: Faça um levantamento das habilidades que você desenvolveu ao longo da sua vida, incluindo aquelas que aprendeu informalmente, como através de hobbies, voluntariado ou interesses pessoais. Muitas vezes, as habilidades adquiridas em atividades fora do ambiente profissional são essenciais para o desenvolvimento de talentos.</p>	<p>Análise de momentos de sucesso: Reflita sobre situações nas quais você obteve sucesso ou foi elogiado por suas habilidades. Que características suas foram mais valorizadas nesses momentos? Isso pode fornecer pistas importantes sobre seus talentos.</p>
<p>A partir da reflexão acima, escreva quais são os seus talentos:</p>	

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Ao ajudar o aluno a contextualizar o conceito de talento e sua relação com habilidades e experiências de sucesso, torna-se possível uma observação mais clara e objetiva de seus talentos. Esse processo favorece, sobretudo, a reflexão sobre como essas potencialidades podem ser utilizadas de forma estratégica para impulsionar sua carreira e alcançar seus objetivos. Ao conectar talentos com realizações passadas, o aluno pode identificar de maneira mais concreta as habilidades que podem ser

aprimoradas e aplicadas em sua trajetória profissional, criando uma base sólida para seu desenvolvimento contínuo.

A Casa 05 retoma o tema *Habilidades e Aptidões*, ajudando o jovem a estabelecer a conexão entre seus talentos e sua prática profissional. Essa etapa visa orientar o participante a refletir sobre como suas habilidades podem ser aplicadas no ambiente de trabalho, promovendo uma compreensão mais profunda de como seus talentos naturais podem contribuir para o sucesso em sua carreira e no alcance de seus objetivos profissionais.

Quadro 4 – Atividade Habilidades e Aptidões

Liste suas habilidades nas seguintes categorias:	
Habilidades técnicas: aquelas que envolvem conhecimento prático e especializado, como habilidades em informática, contabilidade, design, línguas estrangeiras, entre outras.	Habilidades socioemocionais: aquelas relacionadas à forma de lidar com os outros e com as situações, como comunicação, empatia, liderança, resolução de conflitos, organização, entre outras.
Exploração de experiências passadas: Relembre situações em que utilizou essas habilidades com sucesso. Eles podem pensar em experiências tanto pessoais quanto profissionais, como atividades escolares, trabalho voluntário ou qualquer outro momento em que tenham se destacado pelo uso de suas habilidades.	
Reflexão: Como essas aptidões podem ser aplicadas nas profissões ou carreiras de seu interesse?	

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Após a aplicação da atividade, com o auxílio do professor, o jovem terá a oportunidade de refletir sobre suas habilidades e aptidões, ampliando suas perspectivas de carreira a partir de uma análise mais profunda de suas próprias potencialidades. O professor, como facilitador desse processo, ajudará o aluno a compreender como suas competências podem ser aplicadas em diferentes contextos

profissionais, incentivando-o a explorar novas áreas de interesse que até então poderiam ter sido negligenciadas.

Além disso, o professor poderá orientá-lo sobre como aprimorar e desenvolver ainda mais essas habilidades ao longo do tempo, conectando-as com as exigências do mercado de trabalho e com as oportunidades de crescimento profissional. Ao visualizar suas competências como recursos valiosos e transferíveis para diversas carreiras, o jovem será capaz de expandir suas opções e traçar um caminho mais alinhado com seus interesses, valores e objetivos de vida. Esse processo de reflexão guiada também permitirá ao aluno identificar lacunas no seu perfil profissional, criando um espaço para o desenvolvimento contínuo e para a construção de uma trajetória profissional mais consciente e estratégica.

A última casa no ambiente *Habilidades* é a Casa 06, onde será proposta uma investigação sobre os Conhecimentos, Habilidades, Atitudes e Valores do participante. Nessa etapa, o jovem será convidado a refletir sobre como cada um desses aspectos pode atuar como um fator potencializador de seus objetivos profissionais. O objetivo é ajudá-lo a compreender como o conjunto de conhecimentos adquiridos, as habilidades desenvolvidas, as atitudes adotadas e os valores que orientam suas escolhas podem contribuir significativamente para o seu crescimento e sucesso na carreira. Ao explorar essa relação, o participante será capaz de identificar como fortalecer essas áreas e utilizá-las de forma estratégica para alcançar suas metas profissionais.

Quadro 5 – Tabela CHAV

O que é CHAV?	
Preencher:	
Conhecimentos: O que você aprendeu ao longo da vida, tanto formal quanto informalmente, que pode ser útil em sua carreira.	Habilidades: Competências práticas, técnicas e interpessoais que você possui e que são valiosas para o mercado de trabalho.
Atitudes: A forma como você age e reage diante de situações no trabalho e	Valores: As crenças e princípios que orientam suas decisões e ações no contexto profissional e pessoal.

na vida pessoal, como motivação, perseverança e ética.	
Como cada um desses aspectos pode contribuir para seus objetivos profissionais?	
Como o conhecimento que você possui pode ser usado para avançar em sua carreira?	De que forma suas habilidades podem ser aplicadas no seu ambiente de trabalho ou na área de interesse?
Como suas atitudes influenciam sua performance profissional e a relação com colegas e superiores?	Quais valores são importantes para você no ambiente de trabalho e como eles podem impactar suas decisões de carreira?

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

O próximo ambiente, Autoconhecimento, tem como objetivo central auxiliar o jovem aprendiz a se reconhecer como sujeito singular, com uma identidade própria e inserido em um contexto sócio-histórico específico. A proposta é incentivar o participante a refletir sobre sua trajetória de vida, suas experiências, e o impacto das condições sociais, culturais e econômicas que moldaram sua visão de mundo e suas escolhas.

Nesse processo, o jovem é encorajado a desenvolver uma postura crítica em relação à sua realidade, compreendendo as dinâmicas que influenciam suas oportunidades e desafios. Ao mesmo tempo, o ambiente promove uma imersão em sua subjetividade, ajudando-o a explorar aspectos como suas emoções, crenças, valores, sonhos e aspirações. Essa combinação de autocompreensão e análise crítica é fundamental para que ele possa identificar suas potencialidades e limitações, ampliando sua capacidade de tomar decisões conscientes e estratégicas para a construção de seu projeto de vida.

Além disso, o autoconhecimento é apresentado como uma ferramenta essencial para o empoderamento, permitindo ao jovem aprendiz assumir um papel

ativo na transformação de sua própria história e na busca por maior protagonismo em sua vida pessoal e profissional. Por meio das atividades propostas nesse ambiente, o participante terá a oportunidade de alinhar seus objetivos com seus valores e habilidades, fortalecendo sua confiança e capacidade de superar desafios.

A primeira casa do ambiente **Autoconhecimento** é a **Casa 07**, que apresenta a atividade intitulada **Identificação das Emoções**. Essa atividade tem como objetivo inicial auxiliar o jovem aprendiz no exercício de desenvolver um olhar mais atento e profundo para dentro de si, promovendo o autoconhecimento emocional.

A proposta parte do pressuposto de que reconhecer e categorizar emoções é essencial para entender as próprias reações diante de diferentes situações e desafios. O participante será incentivado a identificar os sentimentos que experimenta em seu dia a dia, diferenciando-os de forma clara. Além disso, será orientado a explorar as necessidades que emergem dessas emoções, assim como a refletir sobre estratégias de ação positivas para lidar com elas.

Essa prática não apenas contribui para o desenvolvimento da inteligência emocional, mas também estimula habilidades como autorregulação, empatia e resiliência. Ao compreender suas emoções e a relação delas com suas escolhas, o aprendiz estará mais preparado para enfrentar os desafios da vida pessoal e profissional, adotando atitudes que reflitam maior consciência e equilíbrio.

Quadro 6 – Identificação das Emoções

Exercício – Identificação das Emoções
Quais emoções e sentimentos você carrega no momento?
Quais são as necessidades intrínsecas a essas emoções?
Quais são as suas estratégias / pedidos?

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

A atividade Identificação das Emoções também busca desmistificar a ideia de que certas emoções são "erradas" ou "inapropriadas", promovendo a aceitação e compreensão do amplo espectro emocional humano. Assim, o jovem é encorajado a

exercer suas emoções como uma ferramenta poderosa para guiar seu crescimento, estabelecer relações saudáveis e tomar decisões alinhadas com seus valores e objetivos de vida.

A atividade Características Pessoais, associada à Casa 08 do jogo, tem como objetivo proporcionar ao jovem aprendiz uma experiência de autodescoberta e reflexão. Essa atividade convida o participante a mergulhar em uma análise mais profunda de suas características pessoais e das percepções que outras pessoas podem ter sobre ele.

A proposta é guiada pela premissa de que as características pessoais de um indivíduo desempenham um papel crucial na construção de sua identidade e influenciam diretamente suas decisões, comportamentos e relações. Durante a atividade, o jovem será incentivado a identificar suas características centrais — aquelas ideias e princípios que ele considera verdadeiros e que orientam suas escolhas. Em seguida, será desafiado a refletir sobre como esses valores se manifestam em suas atitudes e como são percebidos pelos outros ao seu redor.

Quadro 7 – Tabela das Características

Quais suas principais características?				
Entreviste 5 pessoas (preferencialmente de círculos de convivência diversos, e pergunte a eles 3 características positivas sobre você.				
Pessoa 1	Pessoa 2	Pessoa 3	Pessoa 4	Pessoa 5
Quais foram as características que mais se repetiram?				
Conclusão:				

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Essa imersão também tem a intenção de explorar possíveis discrepâncias entre a autoimagem do participante e a forma como ele é visto externamente, estimulando uma discussão sobre coerência e autenticidade. Além disso, o exercício promove o reconhecimento de valores positivos que podem ser fortalecidos, bem como crenças limitantes que podem ser reformuladas para melhor apoiar seus objetivos pessoais e profissionais.

A Casa 09 do jogo propõe uma reflexão aprofundada sobre as crenças e valores pessoais, com o objetivo de ajudar o jovem aprendiz a compreender como esses elementos fundamentais de sua identidade podem ser integrados e aplicados na profissão escolhida.

Essa atividade convida o participante a analisar suas crenças mais enraizadas — ou seja, aquelas ideias e princípios que ele considera verdades universais ou orientadoras de suas ações — e a relacioná-las com os valores que ele considera essenciais no ambiente profissional, como ética, respeito, responsabilidade, ou inovação.

Além disso, a atividade incentiva o jovem a explorar a conexão entre suas convicções pessoais e as demandas, normas e cultura de sua área de interesse profissional.

Quadro 8 – Identificação de Crenças e Valores

Exercício – Identificação de Crenças e Valores
Como meus valores pessoais, como justiça ou empatia, podem influenciar minha prática profissional?
Minhas crenças e valores estão alinhados com os da profissão ou da organização que pretendo seguir?
Como posso usar meus valores como uma bússola para tomar decisões éticas e assertivas no ambiente de trabalho?

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Essa reflexão permite ao participante alinhar suas escolhas profissionais com sua essência pessoal, criando maior congruência entre o que ele acredita e como ele atua. Isso pode fortalecer o senso de propósito e engajamento em sua carreira, além de promover atitudes de integridade e autenticidade que são fundamentais para o sucesso e a satisfação no trabalho.

Por fim, o exercício também desafia o jovem a identificar possíveis conflitos entre suas crenças e valores e as realidades do mercado de trabalho, ajudando-o a desenvolver estratégias para lidar com dilemas éticos ou desafios que possam surgir.

Essa abordagem contribui para a formação de um profissional mais consciente, alinhado com suas próprias convicções e capaz de trazer contribuições significativas ao seu campo de atuação.

O jogo avança para o ambiente Objetivos, que tem como principal propósito auxiliar o jovem aprendiz a refletir sobre seus sonhos, metas e as estratégias necessárias para alcançá-los. Esse ambiente é estruturado para incentivar o participante a explorar suas aspirações, identificar o que deseja realizar no curto, médio e longo prazo, e compreender os passos concretos que precisa dar para transformar essas ideias em realidade.

A proposta é ajudar o jovem a diferenciar sonhos — representações de seus desejos mais amplos e inspiradores — de metas, que são objetivos específicos, mensuráveis e alcançáveis. Além disso, o ambiente promove o aprendizado sobre planejamento estratégico, organização de prioridades e identificação de recursos necessários, como habilidades, tempo e apoio externo.

Por meio das atividades e reflexões propostas, o participante será estimulado a visualizar um caminho claro e estruturado para suas conquistas, desenvolvendo competências como foco, resiliência e autogerenciamento. O ambiente Objetivos também busca reforçar a importância de alinhar metas pessoais e profissionais aos valores e interesses identificados em fases anteriores do jogo, garantindo que o planejamento seja sustentável e significativo.

A Casa 10 introduz a temática dos Sonhos, incentivando o jovem aprendiz a refletir sobre os sonhos que tinha na infância e como eles se conectam ou se transformaram ao longo do tempo, culminando nos sonhos que possui atualmente. Essa atividade promove um olhar nostálgico e crítico, permitindo que o participante identifique elementos persistentes de sua imaginação e desejos ao longo de sua trajetória, enquanto amadurece a ideia de "sonho" em um contexto mais realista e alcançável.

A proposta também busca auxiliar o jovem na estruturação de seus sonhos, transformando-os em objetivos claros e palpáveis. O participante é estimulado a compreender que, embora os sonhos possam começar como aspirações amplas e abstratas, é possível torná-los mais concretos por meio de planejamento, estratégia e ação. Nesse processo, ele aprenderá a avaliar as possibilidades, identificar os recursos necessários e estabelecer etapas para alcançar o que deseja.

Essa atividade não apenas resgata a inspiração e criatividade dos sonhos infantis, mas também fomenta um senso de direção e propósito, ajudando o jovem a perceber que seus sonhos, quando estruturados e trabalhados, podem se tornar parte significativa de seu projeto de vida e de sua trajetória pessoal e profissional.

Quadro 9 - Sonhos

Escreva ou desenhe os sonhos que tinham na infância. Tente ser específico e detalhem o porquê desses sonhos (ex.: <i>"Eu queria ser astronauta porque achava o espaço fascinante"</i>).	
Liste os seus sonhos atuais. O que mudou, o que permaneceu e quais fatores contribuíram para essas mudanças (experiências de vida, influências, novos interesses).	
Reflexão	
Perguntas	Respostas
Há elementos em comum entre os sonhos de infância e os atuais?	
Algum sonho de infância se tornou ou ainda pode ser uma meta realista?	
O que os sonhos de agora dizem sobre quem você se tornou?	
Quais você acha que seriam os primeiros passos para a concretização desses sonhos?	

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

A Casa 11 do jogo, intitulada Metas, tem como objetivo estimular o participante a refletir sobre os objetivos que deseja alcançar, promovendo uma compreensão mais clara e estruturada de suas aspirações. A atividade busca destacar a importância de

transformar metas em elementos concretos e alcançáveis, demonstrando como o planejamento estratégico pode torná-las mais palpáveis e verificáveis.

Ao trazer suas metas para um contexto concreto, o participante poderá visualizar os passos necessários, identificar recursos e antecipar possíveis desafios, promovendo maior comprometimento e clareza no processo.

Essa abordagem reforça a ideia de que metas bem estruturadas não apenas aumentam as chances de sucesso, mas também ajudam o jovem a construir um caminho alinhado com seus valores e objetivos de vida, tornando o processo de alcance mais motivador e significativo.

Quadro 10 - Metas

Escreva os objetivos que sejam importantes para você:	
Identifique	
Quais ações precisam ser tomadas	
Como medir o progresso dessas ações	
Qual o prazo para alcançá-lo	

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Na última casa do ambiente Objetivos (Casa 12), o jovem é convidado a dar o primeiro passo na construção de seu planejamento pessoal. Essa atividade tem como foco transformar os objetivos e metas trabalhados nas casas anteriores em um plano de ação estruturado, com etapas claras e alcançáveis.

O participante será incentivado a organizar seus objetivos em um cronograma realista, identificando prazos, recursos necessários e possíveis desafios. A ideia é que ele compreenda a importância de dividir grandes metas em pequenas ações, que possam ser realizadas de forma progressiva, promovendo um senso de realização e controle sobre o próprio futuro.

Além disso, o planejamento pessoal incluirá a definição de prioridades, ajudando o jovem a equilibrar seus sonhos com as demandas práticas de sua realidade, sempre alinhado às suas crenças, valores e habilidades previamente explorados. O objetivo é que, ao sair dessa etapa, o participante esteja motivado e preparado para dar início à realização de seus projetos de vida, com maior clareza e propósito.

Quadro 11 – Planejamento Pessoal

Planejamento Pessoal	
Objetivos: _____ - _____	
Etapas	O que precisa ser feito?
	Quem pode ajudar?
	Quais recursos são necessários?
Prazos	
Obstáculos	
Desafios	Estratégias

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Neste momento, o participante avança para o último ambiente do jogo: o Mercado de Trabalho. Essa etapa convida o jovem a refletir sobre aspectos fundamentais relacionados à carreira, empregabilidade e remuneração. O objetivo é ajudá-lo a compreender as dinâmicas do mercado, identificar oportunidades alinhadas às suas habilidades e interesses e avaliar como suas escolhas profissionais podem impactar sua trajetória pessoal e financeira.

Esse ambiente propõe atividades que estimulam o planejamento de carreira, o desenvolvimento de competências valorizadas no mercado e a construção de uma visão crítica e realista sobre as possibilidades de crescimento profissional. Assim, o participante será guiado a pensar estrategicamente sobre como se posicionar e destacar no mercado de trabalho.

Na Casa 13, intitulada Carreiras, o jovem é incentivado a refletir profundamente sobre as carreiras de seu interesse, analisando suas características e requisitos reais. Caso a carreira desejada exija formação superior, o participante será estimulado a pesquisar a grade curricular do curso correspondente, avaliando se os conteúdos e

habilidades desenvolvidas estão alinhados aos seus interesses, competências e valores pessoais.

Por outro lado, se a carreira escolhida não requer formação superior, o jovem será orientado a identificar as competências técnicas e comportamentais necessárias para se destacar e alcançar sucesso no mercado. Essa atividade tem como objetivo principal ampliar o repertório do participante, permitindo que ele compreenda as nuances de cada profissão, seus desafios e oportunidades, promovendo escolhas profissionais mais conscientes e alinhadas ao seu projeto de vida.

Quadro 12 - Carreiras

Profissão que requer formação superior	
Profissão	Grade Curricular do Curso
Profissão que não requer formação superior	
Profissão	Conhecimentos técnicos exigidos

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Na Casa 14, o tema central é a Empregabilidade, onde o jovem aprendiz será incentivado a explorar ativamente o mercado de trabalho relacionado à sua área de interesse. Nessa etapa, ele será orientado a pesquisar a oferta de vagas disponíveis, analisando os requisitos mais demandados, as competências valorizadas pelos empregadores e as oportunidades de desenvolvimento profissional.

Essa atividade busca proporcionar uma visão prática e atualizada do mercado, ajudando o participante a compreender as expectativas do setor e a identificar caminhos para se preparar e se posicionar de forma competitiva em sua futura carreira.

Quadro 13 - Empregabilidade

Vaga de Interesse	Quantidade	Perfil requerido

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

Na Casa 15, localizada no ambiente Mercado de Trabalho, o jovem aprendiz é convidado a refletir sobre a remuneração associada à carreira de seu interesse. A atividade propõe uma análise crítica para avaliar se as expectativas salariais e a realidade financeira da profissão escolhida estão alinhadas aos seus objetivos e projetos de vida, discutidos nas etapas anteriores.

Essa reflexão visa promover um entendimento mais amplo sobre a relação entre remuneração, qualidade de vida e planejamento pessoal, incentivando escolhas profissionais conscientes e alinhadas às possibilidades do mercado e às metas individuais do participante.

Quadro 14 - Remuneração

Profissão	Média Salarial

Fonte: Desenvolvido pela pesquisadora (2024)

A conclusão das cinco etapas do jogo — Interesses, Habilidades, Autoconhecimento, Objetivos e Mercado de Trabalho — reflete a jornada de autodescoberta e planejamento do jovem aprendiz, guiando-o por um processo estruturado de reflexão e ação. Em Interesses, o participante identifica e organiza aquilo que lhe desperta prazer e motivação, conectando esses elementos às possibilidades de aplicação prática no mundo profissional. Em Habilidades, o foco recai sobre o reconhecimento das próprias competências e talentos, promovendo a confiança necessária para explorar e expandir essas aptidões em direção a uma

carreira significativa. A etapa de Autoconhecimento aprofunda a percepção do jovem sobre si mesmo, abrangendo suas emoções, crenças e valores, criando uma base sólida para decisões alinhadas com sua identidade e realidade socioeconômica. Na fase de Objetivos, o aprendiz é incentivado a transformar sonhos em metas concretas, com estratégias e planejamento, tornando seus projetos mais tangíveis e acessíveis. Por fim, no Mercado de Trabalho, o participante explora as dinâmicas do mercado, investigando carreiras, empregabilidade e remuneração. Essa etapa permite que ele alinhe suas expectativas à realidade profissional, fortalecendo a capacidade de tomar decisões conscientes e bem-informadas.

Essas cinco etapas, interligadas, culminam em um processo integrado de desenvolvimento pessoal e profissional, preparando o jovem para construir um projeto de vida sólido, autêntico e alinhado às suas potencialidades e aspirações, sem excluir do contexto a sua realidade socioeconômica.

O jogo pode ser disponibilizado aos docentes por meio de diferentes estratégias, como a distribuição física de kits com o material impresso, uma versão digital acessível via plataforma online ou aplicativo, ou ainda, capacitações e oficinas para orientá-los sobre o uso do jogo. Essas opções garantem fácil acesso e integração do jogo no ambiente educacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No âmbito da educação e formação profissional, a elaboração de projetos de vida é fundamental para orientar os jovens aprendizes em direção a um futuro promissor. Nesse contexto, o produto se apresenta como uma valiosa ferramenta que aborda quatro dimensões essenciais.

Na dimensão semântica, priorizamos a construção do projeto de vida dos jovens. Isso implica capacitá-los a definir suas metas, valores e interesses, proporcionando-lhes a clareza necessária para moldar suas escolhas com confiança.

A dimensão pedagógica é de igual importância, fornecendo apoio didático aos docentes. Os educadores desempenham um papel crucial na orientação dos alunos, inspirando-os e capacitando-os a atingir seus objetivos. Nosso produto visa capacitar esses docentes, fornecendo recursos e estratégias para orientar os jovens de maneira eficaz.

A dimensão pragmática assume a forma de um jogo de tabuleiro, fornecendo resultados tangíveis. Este jogo não apenas auxilia os professores na avaliação do progresso dos alunos, mas também envolve os alunos em um processo de aprendizado interativo, onde podem explorar, refletir e ajustar suas escolhas.

Por fim, a dimensão tecnológica garante que o produto seja acessível digitalmente. Isso não apenas aumenta a flexibilidade de acesso, mas também proporciona uma experiência de aprendizado moderna e envolvente. A tecnologia incorporada permite o acompanhamento detalhado do progresso dos alunos, garantindo que o ensino seja adaptado às necessidades individuais.

Em suma, o produto busca capacitar jovens aprendizes, docentes e profissionais da educação para enfrentar os desafios de planejar seus projetos de vida de maneira consciente e estruturada. Ao abordar essas quatro dimensões - semântica, pedagógica, pragmática e tecnológica - o objetivo é promover o desenvolvimento de jovens ativos na sociedade, prontos para fazer escolhas informadas e alcançar um futuro promissor.

REFERÊNCIAS

BRAGA, Juliana Cristina (org.). *Objetos de Aprendizagem: Volume 1 - Introdução e Fundamentos*. Santo André: Editora da UFABC, 2008. ISBN: 978- 85-68576-03-8.

BRASIL. Decreto nº 11.479/2023. Brasília. Disponível em:
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/decreto/d11479.htm.
Acesso em: 25 abr. 2024.

BRASIL. Lei da Aprendizagem. Lei nº 10097, de 10 de dezembro de 2000.
Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l10097.htm. Acesso em: 27 fev. 2024.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários a prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

APÊNDICE A

Fichas para o Jogo: Entre Sonhos e Metas

Interesses

Ficha 1 – Levantamento de Interesses

CURTIGRAMA

Gosto e Faço

Gosto e Não Faço

Não gosto e faço

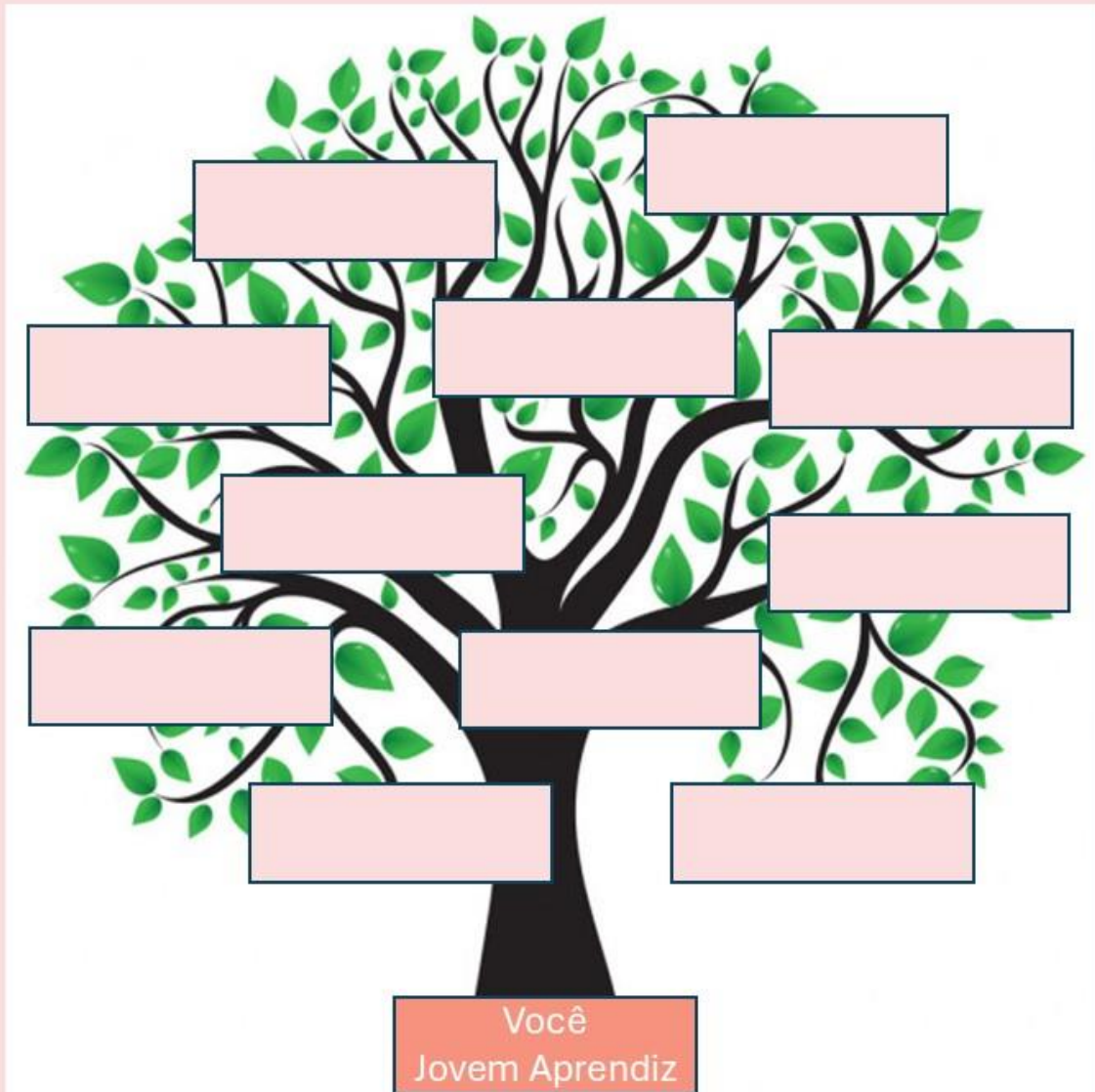
Não gosto e não faço

C

Quais são as competências/habilidades que mais aparecem nas atividades de seu interesse?

Interesses
Ficha 2 - Influências

ÁRVORE DAS INFLUÊNCIAS



Liste o que você mais admira nas pessoas que mencionou em sua árvore das influências:

Interesses
Ficha 3 - Hobbies

QUADRO DOS HOBBIES

Hobbies	Habilidade Exigidas	Profissões relacionadas

Quais são as habilidades mais mobilizadas para desempenhar as atividades que gosta?

Habilidades
Ficha 4 – Identificação dos Talentos

TALENTOS

O que é talento?

Avaliação de habilidades: Faça um levantamento das habilidades que você desenvolveu ao longo da sua vida, incluindo aquelas que aprendeu informalmente, como através de hobbies, voluntariado ou interesses pessoais. Muitas vezes, as habilidades adquiridas em atividades fora do ambiente profissional são essenciais para o desenvolvimento de talentos.

Análise de momentos de sucesso: Reflita sobre situações nas quais você obteve sucesso ou foi elogiado por suas habilidades. Que características suas foram mais valorizadas nesses momentos? Isso pode fornecer pistas importantes sobre seus talentos.

A partir da reflexão acima, escreva quais são os seus talentos:

Habilidades
Ficha 5 – Habilidades e Aptidões

HABILIDADES

Liste suas habilidades nas seguintes categorias:

Habilidades técnicas: aquelas que envolvem conhecimento prático e especializado, como habilidades em informática, contabilidade, design, línguas estrangeiras, entre outras.

Habilidades socioemocionais: aquelas relacionadas à forma de lidar com os outros e com as situações, como comunicação, empatia, liderança, resolução de conflitos, organização, entre outras.

Exploração de experiências passadas: Relembre situações em que utilizou essas habilidades com sucesso. Eles podem pensar em experiências tanto pessoais quanto profissionais, como atividades escolares, trabalho voluntário ou qualquer outro momento em que tenham se destacado pelo uso de suas habilidades.

Reflexão: Como essas aptidões podem ser aplicadas nas profissões ou carreiras de seu interesse?

Habilidades
Ficha 6 – Identificação dos Talentos

CHAV

O que é CHAV?

Preencher.

Conhecimentos: O que você aprendeu ao longo da vida, tanto formal quanto informalmente, que pode ser útil em sua carreira.

Habilidades: Competências práticas, técnicas e interpessoais que você possui e que são valiosas para o mercado de trabalho.

Atitudes: A forma como você age e reage diante de situações no trabalho e na vida pessoal, como motivação, perseverança e ética.

Valores: As crenças e princípios que orientam suas decisões e ações no contexto profissional e pessoal.

Como cada um desses aspectos pode contribuir para seus objetivos profissionais

Como o conhecimento que você possui pode ser usado para avançar em sua carreira?

De que forma suas habilidades podem ser aplicadas no seu ambiente de trabalho ou na área de interesse?

Como suas atitudes influenciam sua performance profissional e a relação com colegas e superiores?

Quais valores são importantes para você no ambiente de trabalho e como eles podem impactar suas decisões de carreira?

Autoconhecimento
Ficha 7 – Identificação das Emoções

EMOÇÕES

Exercício – Identificação das Emoções

Quais emoções e sentimentos você carrega no momento?

Quais são as necessidades intrínsecas a essas emoções?

Quais são as suas estratégias / pedidos?

As suas emoções são uma ferramenta poderosa para guiar seu crescimento, estabelecer relações saudáveis e tomar decisões alinhadas com seus valores e objetivos de vida.

Autoconhecimento
Ficha 8 – Tabela das Características

CARACTERÍSTICAS

Quais suas principais características?

Entreviste 5 pessoas (preferencialmente de círculos de convivência diversos, e pergunte a eles 3 características positivas sobre você.

Pessoa 1	Pessoa 2	Pessoa 3	Pessoa 4	Pessoa 5

Quais foram as características que mais se repetiram?

Conclusão:

Autoconhecimento
Ficha 9 – Identificação de crenças e valores

CRENÇAS E VALORES

Exercício – Identificação de Crenças e Valores

Como meus valores pessoais, como justiça ou empatia, podem influenciar minha prática profissional?

Minhas crenças e valores estão alinhados com os da profissão ou da organização que pretendo seguir?

Como posso usar meus valores como uma bússola para tomar decisões éticas e assertivas no ambiente de trabalho?

Objetivos
Ficha 10 – Quadro dos Sonhos

SONHOS

Escreva ou desenhe os sonhos que tinham na infância. Tente ser específico e detalhem o porquê desses sonhos (ex.: "Eu queria ser astronauta porque achava o espaço fascinante").

Liste os seus sonhos atuais. O que mudou, o que permaneceu e quais fatores contribuíram para essas mudanças (experiências de vida, influências, novos interesses).

Reflexão

Perguntas	Respostas
Há elementos em comum entre os sonhos de infância e os atuais?	
Algum sonho de infância se tornou ou ainda pode ser uma meta realista?	
O que os sonhos de agora dizem sobre quem você se tornou?	
Quais você acha que seriam os primeiros passos para a concretização desses sonhos?	

Objetivos
Ficha 11 – Quadro das Metas

METAS

Escreva os objetivos que sejam importantes para você:

Identifique

Quais ações precisam ser tomadas

Como medir o progresso dessas ações

Qual o prazo para alcançá-lo

Objetivos
Ficha 12 – Planejamento Pessoal

P L A N E J A M E N T O

Planejamento Pessoal	
Objetivos:	
Etapas	O que precisa ser feito?
	Quem pode ajudar?
	Quais recursos são necessários?
Prazos	
Obstáculos	
Desafios	Estratégias

Mercado de Trabalho
Ficha 13 – Levantamento de Carreiras

CARREIRAS

Profissão que requer formação superior

Profissão	Grade Curricular do Curso

Profissão que não requer formação superior

Profissão	Conhecimentos técnicos exigidos

Mercado de Trabalho
Ficha 14 – Levantamento de Vagas

EMPREGABILIDADE

Vaga de Interesse	Quantidade	Perfil requerido

Conclusão:

Mercado de Trabalho
Ficha 15 – Levantamento: Remunerações

REMUNERAÇÃO

Profissão	Média Salarial

Conclusão:

COMO JOGAR

- Imprima o jogo em papel ou em PDF
- Você vai precisar de um dado de 3 lados e pecinhas para os participantes (podem ser botões, peças de outros jogos ou até feijão!)
- Lance os dados e avance com a sua pecinha até à casa correspondente.
- Vá colhendo os seus desafios para montar o seu planejamento.
- Quem chegar ao final primeiro, ganha.



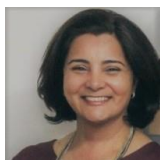
Boa jornada!

SOBRE OS AUTORES



AMANDA BARBOSA DA SILVA

- ✓ Mestre em Educação pela Universidade Municipal de São Caetano do Sul;
- ✓ Especialista em Gestão Escolar, Projetos Sociais e Políticas Públicas, e Recursos Humanos. Graduada em Psicologia, Pedagogia e Letras;
- ✓ Atualmente é professora na área de Desenvolvimento Social do Senac São Paulo;
- ✓ Experiência na área de Educação, com ênfase em adolescência e projeto de vida.
- ✓ Currículo Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7902025416453651>



ELIZABETE CRISTINA COSTA RENDERS

- ✓ Pós Doutora (2015) e Doutora em Educação (2012) na área de Ensino e Práticas Culturais pela UNICAMP, com pesquisas desenvolvidas sobre a educação inclusiva e equitativa;
- ✓ Professora permanente no Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Municipal de São Caetano do Sul (2017-atual);
- ✓ É líder do grupo de pesquisa ACESSI (Acessibilidade escolar e inclusão social) e membro do grupo diretor do INCLUDE - rede internacional de colaboração em pesquisa sobre o desenho universal para aprendizagem; Coordenadora do Laboratório de Práticas Educacionais Inclusivas da USCS. Em suas pesquisas, destacam-se temas como: educação inclusiva, desenho universal para a aprendizagem, epistemologias emergentes, formação de professores, educação especial na perspectiva inclusiva, universidade inclusiva.
- ✓ Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3842539221099962>