

PRIMEIROS PASSOS PARA A CONSTRUÇÃO DO PROJETO DE VIDA - RELATO DE EXPERIÊNCIA DO TRABALHO DESENVOLVIDO COM ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLA PÚBLICA DO DISTRITO FEDERAL.

Kênia Cristina Reis da Silva¹
Orientadora: Stela Martins Teles

SILVA, Kenia Cristina Reis da. **Primeiros passos para a construção do projeto de vida – relato de experiência do trabalho desenvolvido com adolescentes do ensino médio de escola pública do Distrito Federal.** 2025. Artigo Licenciatura em Educação Profissional e Tecnológica para Diplomados. Instituto Federal de Brasília, Campus Samambaia, Distrito Federal, Brasil.

RESUMO

O projeto Primeiros Passos para a Construção do Projeto de Vida teve como objetivo promover a reflexão acerca do projeto de vida com adolescentes de 15 a 17 anos, estudantes do ensino médio de uma escola pública do Distrito Federal. A proposta esteve alinhada à Competência Geral nº 6 da Base Nacional Comum Curricular, que preconiza a valorização da diversidade de saberes e vivências culturais, bem como a apropriação de conhecimentos que auxiliem os jovens na compreensão do mundo do trabalho, favorecendo escolhas conscientes, responsáveis, a cidadania e a autonomia (BRASIL, 2017; BRASIL, 2018). Foram realizados oito encontros semanais, com duração média de duas horas, contando com a participação de 39 estudantes do 3º ano do ensino médio. As atividades abordaram temas como autoconhecimento, sonhos, projetos de vida, sociedade, educação, educação financeira e mundo do trabalho, utilizando metodologias participativas, como rodas de conversa, apresentações em slides, vídeos, dinâmicas e atividades práticas em grupo. Como produto do trabalho desenvolvido, os participantes elaboraram uma redação sobre o impacto do projeto e um esboço inicial de seu projeto de vida por meio do Quadro de Perspectivas Futuras. Observou-se que os estudantes demonstraram maior compreensão sobre a importância dos estudos, reconheceram a família como rede de apoio e evidenciaram o protagonismo individual na construção de seus objetivos. Conclui-se que o projeto contribuiu para o estímulo ao pensamento crítico, à reflexão e à elaboração inicial de projetos de vida após o ensino médio.

Palavras-chave: Adolescentes; Projeto de Vida; Escola; Serviço Social;

Data de aprovação: 15/12/2025

1. INTRODUÇÃO

De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA, em seu Art. 2.º “considera-se criança, para efeitos desta Lei, a pessoa com até doze anos de

¹ Graduada em Serviço Social pela Uni Projeção, Assistente Social do Sesc-DF, atuação em escolas públicas e instituições sociais do Distrito Federal, pós-graduada em Educação Em e Para os Direitos Humanos no contexto da Diversidade Cultural pela Universidade de Brasília. kenia_cristina207@hotmail.com

idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade” (ECA, 1990).

Pode-se assim pensar que, a adolescência compreende o espaço de tempo que finaliza a infância e dá início a idade adulta, é uma fase da vida que perpassa momentos de mudanças e desafios, e assim como as outras fases, sofre influência das expressões da questão social presentes no cotidiano da sociedade, tais como: violência, desemprego, drogas e ausência de políticas públicas eficazes, entre outras.

A adolescência é ainda, um período de busca pelo conhecimento, pela descoberta, movido muitas vezes pela curiosidade e o desafio às regras. Esse processo, oportuniza ao adolescente refletir sobre si mesmo, suas escolhas, valores e propósitos, que por fim, irão colaborar para a formação da sua identidade, tendo como base os aspectos intrapessoais, interpessoais e sociais/culturais.

Assim, em um contexto em que a juventude surge de forma múltipla como questão social relevante – seja pelos problemas que vivência, seja pelas potencialidades de realizações, seja ainda pelo que há de genuinamente rico neste momento do ciclo da vida (Juventude Política, 2013, p. 30), é importante que, ao desenvolver ações com adolescentes, invista-se em ações que sejam pautadas pelo diálogo, pela promoção de uma convivência flexível e integrada entre a família, a escola, e o próprio adolescente com protagonista de sua vida.

Frente a isso, proposições e inovações nos trabalhos com adolescentes, devem estar sempre alinhadas ao que preconiza o Estatuto da Criança e Adolescente, no que diz respeito à efetivação dos direitos desse público.

Art. 4º - É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária. (BRASIL. 1990)

É nesse contexto que surge a atividade: “Primeiros Passos para a Construção do Projeto de Vida”, ou carinhosamente Projeto de Vida, é uma ação em parceria com a escola pública, com vistas a contribuir para um ambiente de escuta qualificada e aprendizagem, que permita aos alunos do 3º ano do ensino médio, apreender a ideia e a dimensão do que é um projeto de vida, em especial ao término do ensino médio e a chegada da maior idade.

Esta proposta está alinhada à Base Nacional Comum Curricular, especificamente, a competência de nº 06, que norteia um caminho a percorrer junto com os alunos, no sentido de prepará-los para a vida e o mercado de trabalho.

Valorizar a diversidade de saberes e vivências culturais e apropriar-se de conhecimentos e experiências que lhe possibilitem entender as relações próprias do mundo do trabalho e fazer escolhas alinhadas ao exercício da cidadania e ao seu projeto de vida, com liberdade, autonomia, consciência crítica e responsabilidade (BRASIL, 2017 p. 9).

Neste sentido, este relato de experiência se propôs em contribuir para a reflexão sobre Projeto de Vida em escolas públicas do Distrito Federal. Para os objetivos específicos buscou-se estabelecer diálogos sobre autoconhecimento e autocuidado, bem como levar cada estudante a refletir sobre a vida em sociedade e mundo do trabalho, visou-se também possibilitar autonomia e o protagonismo dos participantes.

O projeto que gerou este relato foi aplicado para estudantes do 3º ano do ensino médio de uma escola pública do Distrito Federal - DF, e por meio de atividades lúdicas e interativas, promoveu o diálogo e questionamentos importantes para a vida pessoal e profissional desses alunos.

As reflexões sobre o Projeto de Vida, na perspectiva deste trabalho, podem trazer uma compreensão ampliada de que fazer planos futuros, não é apenas falar de trabalho e empregabilidade, mas também abranger outras esferas da existência, a saber: pessoal, profissional e social, e se relaciona com os propósitos e valores individuais, enfim, é pensado a partir do reconhecimento das competências, habilidades e atitudes próprias.

O Projeto de Vida pode ser definido como um conjunto de desejos que se pretende realizar e como uma série de planos e etapas a serem vencidas rumo ao ideal que se tem, com vistas à organização e à do próprio futuro. O projeto promove a reflexão do adolescente a respeito de si mesmo, do mundo e como ele se vê nesse mundo. (GOMES, *et.al.*, 2016)

O projeto pode atender também ao 4º Objetivo do Desenvolvimento Sustentável - ODS, “Garantir o acesso à educação inclusiva, de qualidade e equitativa e promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todos. (IPEA, 2019)

Os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, agenda 2030, da Organização das Nações Unidas, refere-se a um chamado global, com o intuito de alçar estratégias e ações para acabar com a pobreza, proteger o meio ambiente e o clima e garantir que as pessoas, em todos os lugares, possam desfrutar de paz e de prosperidade.

Como procedimentos metodológicos, foram utilizados roda de conversa, slides explicativos, depoimentos em vídeo, atividade prática em grupo, leitura complementar, dinâmica, registro escrito do encontro do dia e elaboração de redação.

Para justificar a relevância deste relato, convém dizer que, o olhar social se constitui como condição primeira para a elaboração desse projeto, e tem seu referencial muito marcado no Projeto Ético Político do Serviço Social, o qual é o norte pelo qual se guiam as e os assistentes sociais para o desenvolvimento de suas ações de trabalho, o Serviço Social, como profissão se constitui na busca pela efetivação dos direitos sociais e da cidadania, atua para a defesa de acesso a bens, assim como das políticas sociais e da democracia. (BRASIL, 1993)

Neste sentido, este estudo poderá contribuir para outros projetos que favoreçam os jovens de escolas públicas ao acesso a outras oportunidades de autoconhecimento e questionamentos sobre a vida em sociedade e o mundo de trabalho, bem como poderá contribuir para outros relatos de experiências que podem colaborar para novos olhares sobre o fazer pesquisas no Brasil.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Este trabalho está alinhado aos apontamentos e objetivos apresentados em legislações brasileiras, as quais em seu cerne, atuam para a garantia e a promoção dos direitos das crianças e adolescentes. Especificamente, nesse projeto, o Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA, a Base Nacional Comum Curricular – BNCC, ao nortear a proposta do trabalho sobre Projeto de Vida com os alunos das escolas brasileiras. Ainda, com referencial teórico, foi apresentada a Constituição Federal de 1988, ao destacar a educação como direito, e um dever do Estado a sua ofertada,

em todas as modalidades. Por fim, algumas legislações importantes do Serviço Social, como o código de ética e o projeto ético político da profissão, se fizeram presentes para a construção desse trabalho, assim como para as observações e intervenções que aconteceram durante o desenvolvimento dos encontros e finalização do projeto.

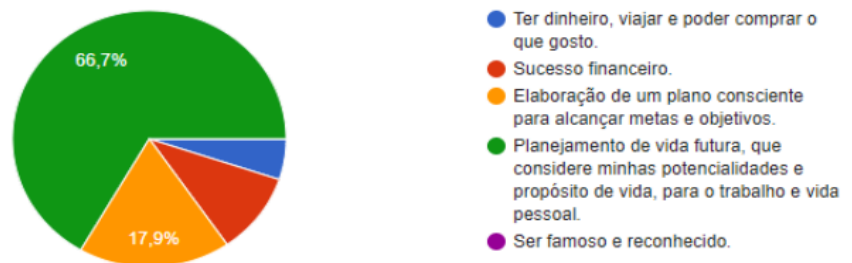
3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Este trabalho foi realizado com 39 adolescentes do 3º ano do ensino médio de uma escola pública do Distrito Federal, com idade entre 16 e 18 anos. As inscrições aconteceram por meio do formulário google, com a finalidade inicial de conhecer o grupo, e verificar o que pensavam sobre o tema Projeto de Vida.

Imagem 1 - Formulário de inscrição

1. Qual o seu primeiro pensamento quando ouviu falar sobre Projeto de Vida?

39 respostas



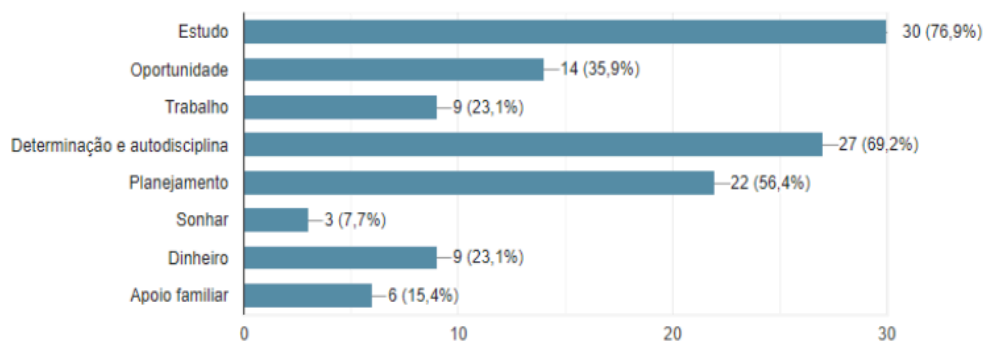
Fonte: Pesquisadora: Kênia Reis, 2025.

A imagem 01, aponta que 66,7% dos entrevistados entendem que o Projeto de Vida é um planejamento de vida futura, que considera não somente, questões relacionadas ao trabalho, mas sim, que é um planejamento de vida, que agrega aspectos da vida pessoal, profissional e social. No entanto, na contramão dessa ideia mais ampliada e plural, houve participações que traziam o dinheiro e o sucesso financeiro. Nota-se com isso, que os participantes compreendem que para um bom planejamento de vida, este precisa estar conectado com quem é você, com a sua participação social, interação com os outros e o ambiente em que vive.

Imagem 2 - Formulário de inscrição

2. Das palavras abaixo, o que considera mais importante para alcançar seus objetivos de vida? (marque até 03 opções)

39 respostas



Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025

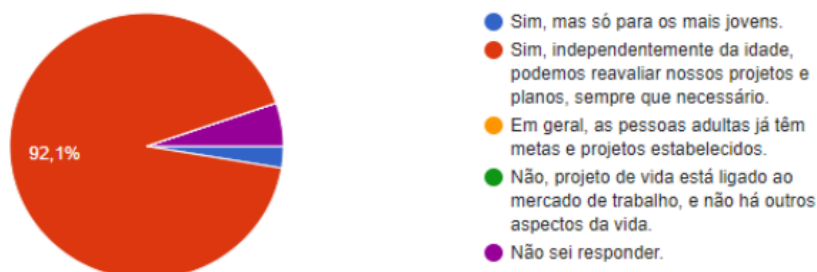
Abaixo, na imagem nº 02, percebe-se que a maior parte do grupo de estudantes (76,9%), considera que o estudo é o item mais importante no alcance de seus objetivos de vida, e 69,2% destacam a determinação e a autodisciplina, como fatores valiosos nesse caminhar. Conforme afirma,

[...] quanto mais o acesso e a permanência na escola tenham cenários desafiadores, tanto mais se fará necessário o convencimento da importância de que o projeto de vida se conecte e se integre aos itinerários formativos a serem escolhidos pelos estudantes (BRASIL, 2017)

Imagem 3 - Formulário de inscrição

3. Na sua opinião, falar sobre Projeto de Vida, pode ajudar as pessoas a refletirem sobre seus planejamentos futuros e sonhos?

38 respostas



Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025

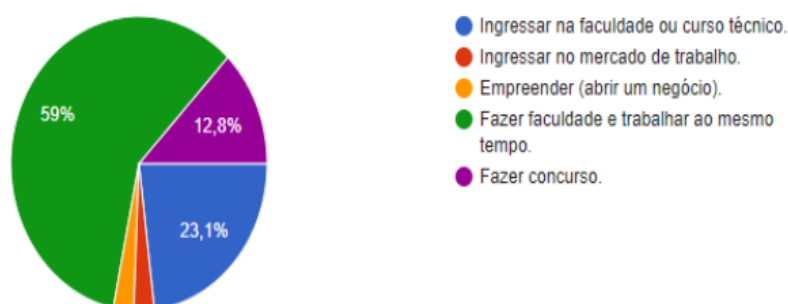
Identifica-se na imagem 03 que a maioria dos entrevistados (92,1%), acredita que independentemente da idade, as pessoas podem reavaliar seus projetos de vida e mudar os planos, se for necessário, demonstrando com isso clareza sobre o movimento natural da vida, de que situações e mudanças acontecem no caminhar da vida, pois um projeto de vida não é algo imutável, para sempre, pois pessoas em constante aprendizado que somos, haverá momentos que será preciso reavaliar e mudar a rota, caso necessário, "só somos porque estamos sendo. Esta é a condição entre nós para ser". (FREIRE, 1997, p. 34).

Houve um percentual bem baixo de estudantes que relataram que a elaboração de um Projeto de Vida só é interessante para pessoas mais jovens, o que talvez possa significar uma forma de etarismo, algo tão presente na sociedade atual. Etarismo é o preconceito pela idade, é mais forte contra pessoas idosas, pois reforça estereótipos, discriminação e envolve julgamentos sobre saúde, capacidade de trabalho, disposição, fragilidade e outras características a esse público.

Imagem 4 - Formulário de inscrição

4. O que pensa em fazer quando terminar o Ensino Médio?

39 respostas



Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025

Por fim, a imagem 04 mostra que 59% dos participantes ao término do ensino médio, projetam estar na faculdade e no mercado de trabalho, simultaneamente. Não se dedicar exclusivamente aos estudos, é uma realidade de grande parte dos jovens brasileiros, uma vez que temos um país que é desigual em oportunidades, trabalhar geralmente é o caminho natural para adolescentes que atingem a maioridade e finaliza o estudo obrigatório, em especial em países onde a desigualdade social é tão expressiva, como o Brasil.

Ainda 23,1% disseram ter interesse em ingressar na faculdade ou curso técnico e 12,8% desejam estudar para concurso.

3.1 O projeto na prática

Foram realizados 08 encontros presenciais, uma vez por semana e duração média de 2h cada, aconteceu uma atividade externa que visitou os espaços turísticos de Brasília, como a Torre de TV, o Museu JK e a Praça dos 03 Poderes, totalizando 20h (vinte horas) de atividades. Para o desenvolvimento dos temas discutidos nos encontros, foram utilizados recursos como: apresentação de slides, exibição de vídeo ou documentário, roda de conversa, debates, dinâmicas de interação e oficina prática.

Os temas trabalhados foram: 1) Autoconhecimento e Autocuidado, 2) Qual é o seu sonho? 3) Quadro de Perspectivas Futuras, 4) Acesso ao Ensino Superior, 5) Uso da tecnologia no cotidiano, 6) Elaboração de currículo e Entrevista de Emprego, 7) Noções de educação financeira, 8) City tour pedagógico por Brasília.

Ainda, foi utilizado com recurso didático, o registro do encontro por meio de relato, semelhante a uma ata, elaborado por um participante voluntário, que no encontro seguinte, compartilhava na sala, suas pontuações, por meio da leitura. Para além dessas reflexões, os participantes, ao final dos encontros, foram convidados a registrarem, por meio de redação, a vivência e o aprendizado durante o projeto.

3.2 Síntese dos encontros

O primeiro encontro foi destinado à apresentação do projeto e ao conhecimento dos participantes, realizado por meio de roda de conversa e de dinâmica interativa, possibilitando a interação entre todos e o esclarecimento de dúvidas. Em seguida, foi exibido o vídeo “O que você quer ser quando crescer?”. Após a exibição, houve uma explanação dialogada, seguida de debate em grupo, abordando o autoconhecimento como estratégia fundamental para escolhas mais conscientes e definição de caminhos a serem seguidos.

A segunda temática desenvolvida com o grupo, apresentou a importância de ter sonhos e idealizar projetos, o grupo foi conduzido a refletir sobre metas, estratégias e prazos, a fim de contribuir para a percepção de cada um, no que diz respeito aos sonhos individuais, que partem dos desejos e projetos pessoais, em contraste com os sonhos e expectativas que cada família projeta para seus filhos.

Sobre a atividade prática Elaboração do Quadro de Perspectivas Futuras, foi um momento que trouxe questionamentos pessoais, dúvidas e quem sabe certezas, ao expressar por meio da escrita, sonhos e projetos. Para isso, cada participante fez o esboço inicial do seu projeto de vida, norteando-se pelas perguntas: Quem sou eu? Quem eu quero ser? Qual o meu papel no mundo? Quais são as minhas metas? O que me impulsiona? O que dificulta o meu progresso? Quais benefícios tenho ao alcançá-las?

O encontro, que tratou sobre o Acesso ao Ensino Superior, teve como propósito informar aos estudantes sobre o acesso à educação superior. A Constituição Federal, em seu art. 205, descreve a educação como um direito de todos e um dever do Estado e da família, e seu objetivo é o desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho. Aos estudantes, foi explicado sobre os tipos de ensino superior, tipos de processos de seleção e inclusão e os programas governamentais de promoção à educação superior.

O uso da tecnologia no cotidiano, foi o debate proposto para o quinto encontro com o grupo. O objetivo foi discutir sobre ética em relação ao uso das inteligências artificiais nos diversos contextos, em especial no ambiente escolar. Falou-se sobre os pontos positivos e negativos da tecnologia na sociedade, no trabalho e nas relações pessoais. Após a parte teórica, os estudantes, divididos em grupo, tiveram como desafio, desenvolver uma IA, que considerassem útil para a sociedade, em determinada área específica, tendo como norte a pergunta: "Como a IA (Inteligência Artificial) desenvolvida pode ajudar nas atividades humanas?"

Sobre o mundo do trabalho e outras questões relacionadas ao tema, os alunos participaram da palestra "Meu Primeiro Emprego: estudar e trabalhar ou apenas estudar?", na qual foram abordadas, de forma leve e acessível, as relações de trabalho e as tendências das profissões. Também foram discutidos aspectos importantes como: elaboração de currículo, preparação para entrevista de emprego/estágio e orientações sobre a convivência no ambiente corporativo.

No que diz respeito ao tema educação financeira, a metodologia adotada combinou teoria e atividade interativa, com o objetivo de estimular o debate e a construção coletiva do conhecimento. Foram apresentados aos estudantes o conceito de educação financeira, as diferenças entre planos de curto, médio e longo prazo, além de um modelo de planejamento financeiro. Como atividade prática, os alunos realizaram um exercício de planejamento para a aquisição de um item ou serviço, utilizando a técnica da lista de desejos, a qual, apresentava as perguntas: (1) O que eu quero comprar? (definição do item/serviço); (2) eu realmente quero isso? (3) eu preciso comprar isso? (4) eu posso fazer essa compra? e (5) eu devo fazer essa compra?.

Para o encerramento dos encontros, foi realizado um *City Tour* pelos principais pontos turísticos de Brasília, seguido de um momento de socialização acompanhado de lanche. A atividade teve como objetivos promover o acesso à cultura, estimular o reconhecimento e a valorização do território, bem como favorecer a socialização dos estudantes em um contexto diferente do ambiente escolar. Durante o percurso, os participantes tiveram a oportunidade de conhecer aspectos históricos e curiosidades de cada local visitado.

Esse momento marcou oficialmente o encerramento das atividades e se configurou como um espaço de despedida do grupo. Embora a maioria dos estudantes já conhecesse os locais visitados, isso não representou um fator de desmotivação; ao contrário, a experiência contribuiu para o fortalecimento dos vínculos de amizade e para o compartilhamento de memórias afetivas, tornando o encerramento ainda mais significativo.

3.3 A percepção do grupo (adolescentes) sobre os encontros

Ao término dos encontros, os adolescentes puderam expressar, por meio de um formulário individual de avaliação, como foi a experiência vivenciada no projeto.

Houve a contribuição de 31 alunos, que registraram suas percepções, as quais, algumas dessas respostas são apresentadas, a seguir.

Imagem 5 - Formulário de avaliação

1. Qual foi o tema do encontro que você mais gostou?

31 respostas

Autoconhecimento
Educação financeira
Amor e IA
Autoconhecimento
Qual seu senho
Entrevista de emprego
inteligência artificial e educação financeira
autoavaliação
O primeiro sobre a parte de conhecimento pessoal

Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025

Imagem 6 - Formulário de avaliação

Sobre as faculdades e meios de entrar
Economia
O encontro onde falamos de características nossas, as boas e as ruins. Sobre conhecimento próprio.
Educação financeira e Sesc Jovem
financeiro
Autoconhecimento.
Educação financeira
1- educação financeira 2- autoconhecimento
encontro sobre autoconhecimento

Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025.

Imagem 7 - Formulário de avaliação

Educação financeira e tecnologia
qual o seu sonho
O encontro que fala sobre a educação financeira
acesso superior e técnico
Educação financeira, alto conhecimento/ e a aula de IA com o Jesus
Sobre as faculdades e como acessá-las com facilidade e objetividade
educação financeira
Educação Financeira.
Sobre a entrada nas universidades e faculdades, ensino superio

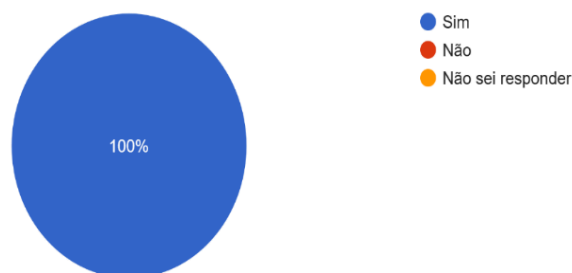
Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025.

Na imagem 5, com a pergunta 1 (um), mostra que os temas educação financeira e autoconhecimento, tiveram boa aceitação e retorno positivo na avaliação do grupo, por serem temas poucos discutidos no contexto das disciplinas escolares.

Imagem 8 – Formulário de avaliação

2. Você acha que o Projeto de Vida te ajudou a refletir sobre seus planejamentos futuros e sonhos?

31 respostas

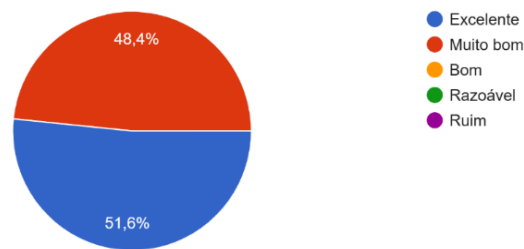


Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025.

A imagem 8, com a pergunta 2 (dois) , constatou que grande parte do grupo afirma que conhecer, dialogar e esclarecer dúvidas sobre o tema, contribuiu para a refletir sobre planejamento de vida futura, metas e projetos, considerando não só aspectos financeiros e de trabalho, mas também conectado à valores e propósitos de vida.

Imagem 9 – Formulário de avaliação

5. De modo geral, qual sua avaliação sobre o projeto?
31 respostas

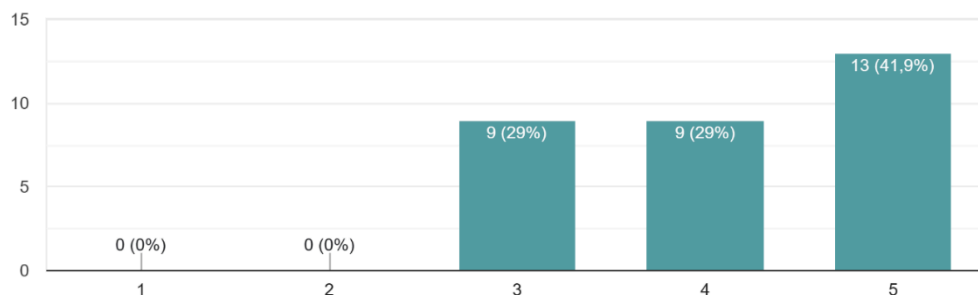


Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025.

Em relação à imagem 9 com a pergunta 5 (cinco), os participantes avaliaram o trabalho realizado de forma total, ou seja, os encontros, os temas abordados, a interação entre o grupo e demais aspectos que acharem pertinentes. Verifica-se no gráfico, que o projeto teve boa avaliação entre os adolescentes.

Imagem 10 – Formulário de avaliação

8. Que nota você dá para a sua participação no projeto?
31 respostas



Fonte: Pesquisador Kênia Reis, 2025

Finalizando o questionário, na imagem 10, os participantes puderam fazer sua autoavaliação. Foi orientado ao grupo que buscassem ser verdadeiros, dialogando consigo mesmo para perceberem sua trajetória e envolvimento durante os encontros. É possível ver que grande parte dos alunos reconhecem que tiveram boa participação e interesse real nas discussões propostas

Ao longo do desenvolvimento do projeto, ocorreram oito evasões, motivadas por fatores como desinteresse, mudança de turno escolar, ingresso no mercado de trabalho e participação em atividades extracurriculares no contraturno. Dessa forma, 31 adolescentes participaram e concluíram todas as atividades propostas.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi realizado, pode-se dizer que a metodologia desenvolvida permitiu, por meio da etapa de inscrição, compreender as percepções e os conhecimentos prévios do grupo acerca do tema projeto de vida. Ao final do processo, foi possível identificar aquilo que se mostrou mais significativo e os principais aprendizados dos participantes, a partir das respostas ao formulário de avaliação. Outro aspecto relevante deste trabalho refere-se ao apoio da escola onde o projeto foi realizado. Desde os primeiros contatos, a instituição demonstrou interesse e receptividade, além de disponibilizar dois professores para suporte e acompanhamento dos encontros.

Esses profissionais se mobilizaram para selecionar e incentivar a participação dos estudantes, acompanharam as atividades, realizaram as propostas junto aos alunos e levaram para a sala de aula os temas discutidos no projeto. Com isso, verifica-se que no trabalho com adolescentes em ambiente escolar, independentemente da modalidade em que ocorra, a presença de profissionais que compreendam esse grupo em suas especificidades, sem julgamentos, contribui significativamente para a reflexão, o pensamento crítico, o debate e a construção do conhecimento.

Considerando o exposto, a experiência de trabalho com os adolescentes mostrou-se exitosa em ambas as perspectivas analisadas: a parceria estabelecida e o público atendido (estudantes).

5. REFERÊNCIAS

BADARÓ, Lúcia. **Múltiplas expressões da questão social ecoam sobre a infância e juventude**. *SER Social*, Brasília, v. 15, n. 32, p. 167–183, jan./jun. 2013.

BRASIL. **Código de ética do/a assistente social**. Resolução CFESS nº 273, de 13 mar. 1993.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. **Marco legal: saúde, um direito dos adolescentes**. Brasília, DF: Editora do Ministério da Saúde, 2007. 60 p.

BRASIL. Ministério da Educação (MEC). **Base Nacional Comum Curricular (BNCC)** 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/mec/pt-br/cne/base-nacional-comum-curricular-bncc>. Acesso em: 4 dez. 2025.

CASTRO, Jorge Abrahão de; AQUINO, Luseni Maria Cordeiro de; ANDRADE, Carla Coelho de (org.). **Juventude e políticas sociais no Brasil**. Brasília: Ipea, 2009. 303 p.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1997. p. 34.

GOMES, Fernanda Zeferino et al. **Adolescentes e construção do projeto de vida: um relato de experiência**. *Revista de Residências Multiprofissionais da UNESC*, v. 3, 2016.

APÊNDICE B – FICHA QUADRO DE PERSPECTIVAS FUTURAS

1. QUEM EU SOU?	
2. QUEM EU QUERO SER?	3. QUAL MEU PAPEL NO MUNDO?
4. O QUE DIFICULTA MEU PROGRESSO?	5. O QUE ME IMPULSIONA?
6. MINHAS METAS:	
7. BENEFÍCIOS AO ALCANÇÁ-LAS:	

Fonte: Pesquisadora Kênia Reis, 2025

APÊNDICE C – FICHA DE REDAÇÃO

<p>"[...] O sentido da vida é tudo aquilo que nos encaminha na direção da realização do nosso projeto. [...] Uma vida sem rumo deve ser como um barco sem bússola, um filme sem roteiro." - Antônio Carlos Gomes da Costa</p> <p>FICHA DE REDAÇÃO</p>	
Estudante:-	
Escola/instituição Social:	
<p>Orientações:</p> <ol style="list-style-type: none"> Elabore uma redação tendo como inspiração a sua vivência e aprendizado com os encontros do projeto Empoderar-se: Crescer e Aparecer. Escreva sobre suas perspectivas e sobre o que aprendeu durante esses encontros. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Reflita sobre como foi participar desse projeto e qual a importância dele na sua vida; ✓ O que você aprendeu, o que foi mais interessante, o que mais te chamou a atenção. A redação é livre (descritiva, dissertativa e/ou narrativa). Para essa produção, não escreva poema ou poesia. Por se tratar de um texto que refletirá sua vivência e experiência durante os encontros do projeto, escreva a redação em primeira pessoa. É importante que seu texto seja criativo, que possa mesclar assuntos da atualidade, da tecnologia, que faça uma leitura crítica da realidade e que transite entre o concreto da vida tendo também a beleza do sonhar. Não há necessidade do uso de termos técnicos, de palavras difíceis, mas é válido evitar gírias e/ou palavras de nicho e termos em inglês. Lembre-se das regras de Português, pontuação, acentuação, concordância verbal e nominal e dos mecanismos linguísticos, como as figuras de linguagem, entre outros. A produção deverá ser feita de forma individual, manuscrita e com caneta esferográfica preta, não ultrapassando as margens estabelecidas na folha de redação. Não é permitido plágio (cópia integral ou parcial de um texto ou ideia de outra pessoa), com risco de anulação da redação. Lembre-se, seu trabalho vai ser avaliado pela criatividade e pelas competências expostas na última página. Período de elaboração da redação: 18 a 26/10/2024. Data limite de entrega da redação: 26/10/2024 (nenhuma produção será recebida fora deste prazo). Formas de entrega: Entregue para o responsável da sua escola/instituição que acompanhou a execução do projeto. Mínimo: 15 linhas. Máximo: 30 linhas. 	

Fonte: Pesquisador Kênia Reis, 2025

APÊNDICE D - FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO – PROJETO DE VIDA

- 1) Qual o seu primeiro pensamento quando ouve falar sobre Projeto de Vida?
- 2) Das palavras abaixo, o que considera mais importante para alcançar seus objetivos de vida? (marque até 03 opções)
- 3) Na sua opinião, falar sobre Projeto de Vida pode ajudar as pessoas a refletirem sobre seus planejamentos futuros e sonhos?
- 4) O que pensa em fazer quando terminar o Ensino Médio?
- 5) Acha importante o apoio da família para a elaboração do Projeto de Vida?
- 6) Já conversou com alguém sobre seu Projeto de Vida?
- 7) Como você se vê daqui a 05 anos?
- 8) O que você acha do processo de Orientação Profissional no ensino médio?
- 9) Como você visualiza a escolha de uma profissão?
- 10) Tem acesso ao WIFI em casa?

APÊNDICE E - FORMULÁRIO DE AVALIAÇÃO – PROJETO DE VIDA

- 1) Qual foi o tema do encontro que você mais gostou?
- 2) Você acha que o Projeto de Vida te ajudou a refletir sobre seus planejamentos futuros e sonhos?
- 3) Você tem alguma sugestão de tema para ser abordado nos próximos Projetos de Vida?
- 4) De modo geral, qual sua avaliação sobre o projeto?
- 5) Você tem alguma sugestão para o Projeto de Vida? Se sim, qual?
- 6) Descreva o que você achou do projeto em uma palavra.
- 7) Que nota você dá para a sua participação no projeto?