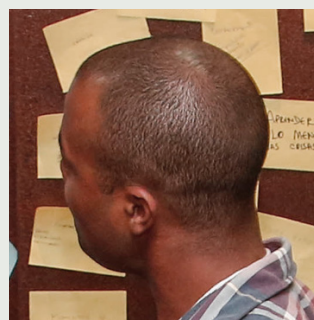


# O indivíduo

\_Qual o seu momento agora?

Tenha um projeto de vida!



# Contexto

Ser jovem não é moleza... São inúmeras sensações, hormônios borbulhando, algumas certezas e muitas dúvidas. Os relacionamentos vão ficando mais complexos, é preciso lidar com a família, com a escola, com os amigos, com o dinheiro e com uma infinidade de coisas. Tudo ao mesmo tempo agora! É um momento de decisões importantes:

“O que você quer ser quando crescer?”

Até parece fácil responder uma pergunta dessas, né? Alguns já podem ter decidido o que desejam: ter um emprego formal, ter uma formação acadêmica, ter seu próprio negócio etc., mas muitos jovens passam boa parte da vida tentando descobrir a resposta...

Um(a) jovem de 15 ou 29 anos vive momentos e escolhas bem distintos, como: continuar na escola, terminar o Ensino Médio, passar no Enem, escolher uma faculdade, fazer um curso, pagar as contas, começar a trabalhar, entre tantos outros caminhos.

É também uma fase de muita potência e desejo de experimentar um monte de coisas. Nesse sentido, o Pense Grande quer que esses(as) jovens sejam protagonistas de suas vidas e conscientes de suas escolhas, estimulando-os(as) a terem uma **atitude empreendedora** e ir além. Com uma postura ativa, o(a) jovem pode se engajar em um **empreendimento com impacto social** que pode ajudar suas comunidades. Não é demais!?! ;)

**Empreender, no Pense Grande, é criar soluções viáveis para problemas reais. É gerar novos modelos de negócios que darão origem às iniciativas inovadoras.**

Antes de falarmos de empreendimento, negócio e afins, vamos olhar quem é esse(a) jovem: Quais são seus talentos, seus saberes e sua história? Qual seu momento de vida? Como se enxerga?

O Pense Grande vai ajudá-lo(a) a descobrir quem já é, quais são seus interesses, como elaborar um projeto de vida e concretizar seus objetivos.

A partir desse desafio, ele(a) mapeará quem são as pessoas que poderão apoiá-lo(a) nessa jornada empreendedora, construindo uma **rede de apoio** muito importante para seus objetivos.

A autodescoberta é o primeiro grande passo na jornada Pense Grande. Vamos nessa?

.....

### O QUE ESTE CAPÍTULO PROPÕE:

- \_Valorizar sua história de vida;
- \_Estabelecer conexão consigo;
- \_Revelar suas potências, exercitar sua autoimagem (presente e futuro) – despertar para uma autodescoberta;
- \_Identificar quais são seus reais interesses e quais talentos que possui – potencializar uma eventual trajetória empreendedora;
- \_Mapear quem são as pessoas que poderão ajudá-lo(a) nessa jornada empreendedora – construir uma rede de apoio;
- \_Elaborar um projeto de vida – ter um planejamento de vida que identifique os objetivos e passos a serem dados para concretizá-los.

.....

Bora fazer!

# Atividade 1:

## Boas-vindas

ACOLHER,  
APRESENTAR OS  
PARTICIPANTES  
E MAPEAR  
EXPECTATIVAS  
PARA A FORMAÇÃO  
PENSE GRANDE.

AO FINAL DO  
ENCONTRO,  
SABEREMOS SE O  
GRUPO CONSEGUIU  
ACOLHER E COMO  
ENCAMINHAR  
AS DIVERSAS  
EXPECTATIVAS  
DURANTE A  
FORMAÇÃO.



**TEMPO  
ESTIMADO:**

30min



**MATERIAIS  
NECESSÁRIOS:**

- \_Blocos adesivos (post-it);
- \_Cartolina ou flipchart;
- \_Canetas;
- \_Fita crepe ou similar.

**#comofazer:**

**A\_**No espaço do encontro, faça com que todos(as) fiquem em pé e formem uma roda.

**B\_**Dê as boas-vindas à formação do Pense Grande, diga seu nome e peça para que todos(as) se apresentem, dizendo o nome e a expectativa que possuem com relação à formação.

**C\_**Peça que cada um(a) registre num post-it sua expectativa. Em uma parede (ou coluna ou lousa), todos(as) colarão esses post-its, formando um mural de expectativas.

**D\_**Após as apresentações, faça um apanhado das expectativas (leia-as em voz alta) que esse grupo traz e quais podem ser os pontos comuns entre elas.

**E\_**No final do primeiro encontro, durante o fechamento, revise-as e veja com o grupo quais expectativas conseguiram dar conta e quais necessitam de encaminhamentos para os próximos encontros. É importante que o grupo sinta que foi ouvido e que suas demandas serão cuidadas ao longo da formação.

## Atividade 2: Você se lembra?

REVISITAR A HISTÓRIA DO(A) JOVEM, CONHECER MAIS A HISTÓRIA DO(A) OUTRO(A) E EXERCITAR O AUTOCONHECIMENTO.



### TEMPO

#### ESTIMADO:

30min



### MATERIAIS

#### NECESSÁRIOS:

- \_Folhas sulfite;
- \_Canetas;
- \_Canetinhas coloridas;
- \_Lápis coloridos;
- \_Giz de cera.

### #comofazer:

**A\_** Explique aos(às) jovens que para empreender é necessário se conhecer mais e melhor como indivíduos. Para isso, eles(as) começarão revisitando sua história, destacando os principais marcos de sua vida até aqui.

Esses marcos poderão ser registrados por meio de desenhos ou escrita, o formato que acharem mais confortável. Faça perguntas\* que despertem a reflexão e resgatem momentos importantes da vida de cada um(a).

Deixe-os(as) tranquilos(as), o ideal é o espaço estar silencioso durante este período.

**B\_** Dê um minutinho para que reflitam, olhem para o que produziram e então os(as) convide para uma roda de conversa (as cadeiras podem estar em círculo). Peça aos(às) jovens que compartilhem com o grupo o que mais os(as) tocou – “O que mais mexeu com você neste exercício de rever sua história?”. É importante acolher todas as falas.

Nessa roda, os jovens terão a oportunidade de reconhecer eventuais pontos comuns, objetivos, dores etc.

.....

### DICAS PARA MELHOR APROVEITAR A ATIVIDADE:

Veja abaixo algumas sugestões de perguntas ativadoras.

- A\_ Qual sua primeira lembrança?
- B\_ Quais eram suas atividades favoritas? O que mais gostava de fazer?
- C\_ Como era a sua casa, os arredores? Consegue descrever os detalhes dela?
- D\_ O que queria ser quando crescer (profissão)?
- E\_ Quem te inspirava?
- F\_ Quem era seu(sua) professor(a) favorito(a)?
- G\_ O que chamava sua atenção? O que não gostava?
- H\_ Quem foi seu primeiro crush?

Se possível, peça ao grupo para pensar esses marcos por tempo: 0 a 7 anos, 8 a 14 anos e 15 a 21 anos.

.....

## Atividade 3:

# IKIGAI

APOIAR O(A) JOVEM  
A RECONHECER  
O QUE O(A) FAZ  
VERDADEIRAAMENTE  
FELIZ, O QUE  
TRAZ REALIZAÇÃO  
E ENCONTRAR  
SUA VERDADEIRA  
VONTADE.



**TEMPO  
ESTIMADO:**

60min



**MATERIAIS  
NECESSÁRIOS:**

- \_Folha modelo IKIGAI;
- \_Canetas;
- \_Folhas sulfite;
- \_Folhas de flipchart;
- \_Canetões.

Esta atividade foi desenvolvida e utilizada pelo Projeto Arrastão, um dos parceiros do Pense Grande em São Paulo.

IKIGAI, em japonês, significa “Razão de Ser”. É “o” ponto, a essência do que você é, o propósito para a sua existência. E esse ponto está relacionado ao encontro entre O QUE SOMOS e O QUE FAZEMOS.

O que somos está ligado a nossas crenças, relacionamentos, nossa cultura etc., enquanto que o que fazemos refere-se ao nosso trabalho, vocação, profissão, lazer etc.

Em uma sociedade mais industrial, “moderna” como a nossa, o IKIGAI relacionará o ser humano e o trabalho. Portanto, para encontrarmos esse “ponto”, é preciso descobrir as respostas para:

- O que você faz bem?*
- O que você ama?*
- O que o mundo precisa?*
- O que você pode ser pago para fazer?*

**#comofazer:**

**A\_** Peça à turma para que se divida em duplas, que serão escolhidas de forma aleatória.

**B\_** Serão quatro rodadas de 10 minutos cada, nas quais cada pessoa da dupla terá cinco minutos para entrevistar o(a) outro(a). Depois, troca o(a) entrevistador(a).

**Rodada 1 - Pergunta: O que você ama?**

Os jovens poderão listar o que mais gostam, mas há uma coisa, algo que AMA, ou seja, que está acima das demais, aquela que aquece o coração mais que tudo. É essa! Coloque-a no lugar mais central do coração e anote. É isso o que você ama! <3

**Rodada 2 - Pergunta: O que você faz bem?**

Essa é uma pergunta importante, pode ser mais fácil ou difícil respondê-la. Não vale dizer: "Dormir!". Porque dormir possivelmente não gerará nenhuma ação que mude o mundo a sua volta. Todos(as) têm algo que faz melhor: escutar as pessoas, dar conselhos, conversar, praticar um esporte, tocar um instrumento, dançar, estudar um determinado assunto, construir algo e assim por diante.

**Rodada 3 - Pergunta: O que você pode ser pago pra fazer?**

Ok, você pode até ser pago para dormir, para testar colchões (ou algo do gênero), mas a ideia aqui é levantar ações que vão beneficiar não só você, mas também outras pessoas. A partir dos seus interesses, de suas paixões, o que poderia ser pago para fazer bem? Há uma infinidade de possibilidades, você pode (e deve) pensar grande! ;)

**Rodada 4 - Pergunta: O que o mundo precisa?**

O mundo precisa de pessoas reais. O mundo precisa de super-heróis/heroínas. Ele é feito por um monte de gente e que tem também suas dores. Ao falarmos de propósito de vida, estamos falando de que forma nós podemos contribuir para um mundo melhor – como retribuir os recursos que utilizamos em nosso dia a dia, como cuidá-lo para as gerações presentes e futuras.

Nessa etapa é importante pensar grande, sem dúvida, mas sem perder de vista que esse “mundo” pode ser o nosso entorno, a nossa comunidade, o nosso bairro, nossa cidade. Pensar grande é, sobretudo, olhar para as questões que nos afligem, que, se não cuidadas, fazem de nosso entorno um lugar muito ruim. É possível sim um olhar mais amplo, mas sem perder o que está a nossa volta.

Para uma compreensão do todo, vale distribuir uma folha modelo do IKIGAI com essas quatro dimensões, assim os(as) jovens terão uma ideia mais ampla de suas reflexões e escolhas.

**C\_**Realizadas as entrevistas, chegou o momento de fazer as amarrações necessárias para que os(as) jovens vejam que a intersecção de suas respostas é seu IKIGAI/razão de ser.

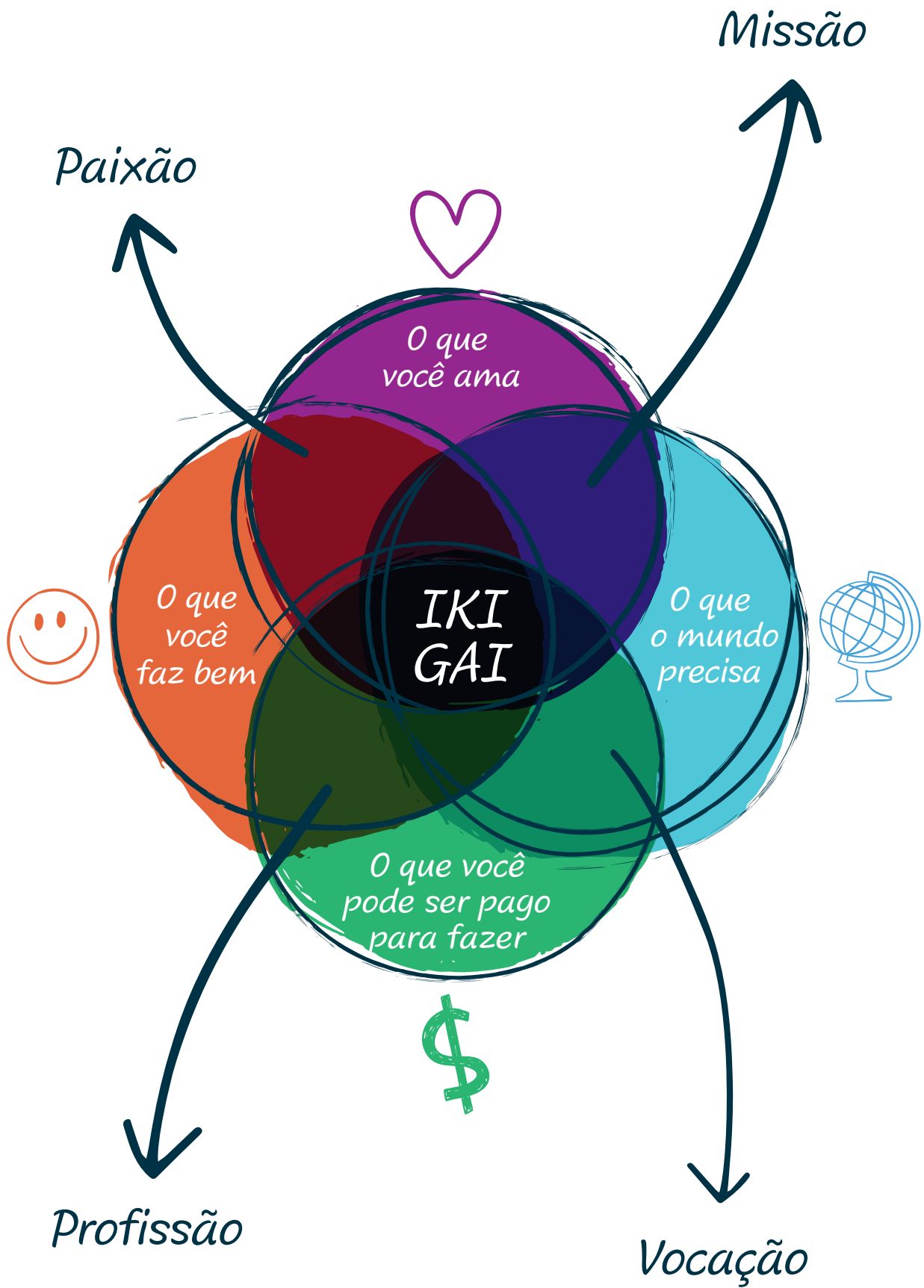
Instigue o grupo a falar sobre suas reflexões e escolhas, deixe os(as) jovens dizerem como chegaram a essas conclusões. É importante ouvi-los(as) e valorizar esse momento.

A partir das falas e de sua mediação, cada jovem conseguirá construir seu IKIGAI. Para isso, trataremos de quatro instâncias que derivam das perguntas feitas inicialmente: *Paixão, Missão, Profissão e Vocação*

A grande reflexão é como misturarmos essas quatro instâncias de nossa vida. A partir disso, qual o seu IKIGAI?

**D\_**Mais do que o resultado, essa atividade tem em seu processo reflexivo sua grande riqueza. É um mergulho profundo e importante dos jovens em suas vidas. Durante a formação e nas atividades desenvolvidas, revisitar o IKIGAI será fundamental – a escolha por empreender algo só fará sentido se estiver ligada também à sua vocação, ao seu propósito de vida.





Exemplo da atividade IKIGAI  
(Projeto Arrastão)

# Atividade 4:

## Você é seu(sua) super-herói/heroína

PROVOCAR NOS(AS)  
JOVENS UMA  
REFLEXÃO SOBRE  
SUAS HABILIDADES E  
INTERESSES.

COLABORAR NA  
DEFINIÇÃO DE  
POSSÍVEIS TEMAS  
COM OS QUAIS OS(AS)  
JOVENS DESEJAM  
EMPREENDER  
DURANTE A  
FORMAÇÃO.



**TEMPO  
ESTIMADO:**  
60min



**MATERIAIS  
NECESSÁRIOS:**

- \_Folha modelo (molde);
- \_Canetinhas;
- \_Tesouras/Estiletas;
- \_Colas;
- \_Lápis;
- \_Borrachas.

### #comofazer:

Um paper toy é um brinquedo feito de papel, como, por exemplo, um avião de papel ou umorigami. Essa atividade é uma adaptação da “Super Cachola”, proposta por uma das parceiras do Pense Grande, a CEDEDICA Vale.

**A\_**Cada participante recebe um molde para montar um paper toy.

**B\_**Com o molde em mãos, utilizarão canetas, canetinhas, lápis, giz de cera e outros para desenhar e montar seu paper toy. Os(as) jovens devem criar um alter ego, um(a) super-herói/heroína, a partir de seu superpoder (suas melhores habilidades). Esse(a) super-herói/heroína também deve ter uma causa pela qual vai atuar.

**C\_**Informe ao grupo que o paper toy será muito importante durante sua trajetória na formação: esse superpoder e causa/interesse vão ajudar os(as) jovens na definição de seu empreendimento nos próximos encontros.

### DICAS PARA MELHOR APROVEITAR A ATIVIDADE:

Caso algum(a) jovem encontre dificuldade de reconhecer seu superpoder e causa, temos alguns exemplos que podem estimulá-los(as) na atividade. Confira abaixo!

#### Superpoderes

Mestre Hacker - saca tudo de informática, tecnologia, internet;  
Gêni@ da Oratória - fala bem em público;  
Senhor(a) das Imagens - se vira na fotografia, ilustração, vídeo;  
Lacrador(a) do Rolê- sempre por dentro das tendências e causando;  
Engenheiro(a) Master - sabe montar e desmontar qualquer coisa;  
SuperPop - conhece Deus e o mundo, tem mil contatos;  
Ninja - domina as artes corporais: dança, esportes, lutas;  
Sabidão/Sabidona - manja de tudo, mantém a calma, lacra nas provas;

### **Causas**

Quais causas os(as) jovens querem abraçar? Lutar por algo que se identifiquem, que acreditem, que se interessem. Seja qual for a causa escolhida, que ela seja sempre por um mundo melhor. Nesse sentido os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ou ODS) podem ser uma ótima inspiração. Confira na seção Saiba Mais.

Listamos abaixo algumas causas que podem auxiliar na atividade:

Mulherada unida - "Mais direitos iguais e menos violência de gênero!"

Os animais somos nozes - "Lutar com pelos, com patas, com penas!"

Igualdade Social - "Contra as injustiças do sistema!"

Mundo sem racismo - "Black is beautiful!"

Bloco da alegria - "A gente quer comida, diversão e arte!"

Criança é pra brincar - "ECA na mão e ideias na cabeça!"

Liberdade para <3 - "Eu sou livre para amar quem eu quiser!"

Mundo Verde - "O planeta é nossa casa!"

.....

# Atividade 5:

## Não estamos sozinhos

IDENTIFICAR AS REDES DE APOIO DO(A) JOVEM NO INÍCIO DE SUA TRAJETÓRIA EMPREENDEDORA – QUEM ESTÁ PRÓXIMO E PODE AJUDÁ-LO(A) EM SEUS PROJETOS DE VIDA.

IDENTIFICAR UMA REDE COLETIVA QUE APOIE O GRUPO EM SEUS FUTUROS EMPREENDIMENTOS.



**TEMPO ESTIMADO:**  
30min



**MATERIAIS NECESSÁRIOS:**

- \_Canetas;
- \_Folhas sulfite;
- \_Folhas de flipchart;
- \_Canetões;
- \_Lápis de cor e giz de cera (se possível);
- \_Fita crepe.

**#comofazer:**

**A\_**Cada participante deverá listar três pessoas que sempre estiveram ao seu lado.

**B\_**Depois, ele(a) listará três pessoas que considera as mais influentes em sua vida (e que conhece pessoalmente) – por exemplo, amigos, professores, alguém de seu bairro etc.

**C\_**Peça para os(as) jovens listarem outras três pessoas que também conhecem pessoalmente e que consideram bem conectadas – por exemplo, pessoas bastante ligadas às tecnologias, tendências, que consomem muita informação, que estão ligadas a diversos grupos e pessoas etc.

**D\_**Por último, eles(as) devem listar três pessoas que querem conhecer e que também podem ajudá-los(as) a realizar seus projetos. Cada jovem terá uma lista com 12 nomes.

**E\_**Com a lista em mãos, os jovens agora irão remontá-la visualmente para terem uma noção clara do grau de proximidade de cada uma das pessoas listadas. Para isso, os(as) jovens devem desenhar uma espécie de teia em que eles(as) se colocam no centro. As pessoas listadas serão colocadas ao redor do nome do(a) jovem. As que estão em um contato mais direto devem ser colocadas bem perto do(a) jovem e as que estão mais distantes devem ser colocadas mais longe.

**F\_**Agora que todos(as) têm sua lista de potenciais apoiadores, peça para que o grupo compartilhe alguns nomes de sua rede de relações – você pode perguntar aleatoriamente dentre os mais influentes, mais próximos e quem gostaria de conhecer.

Nessa colheita, estabeleça com o grupo possíveis conexões. Como esses nomes se conectam entre si? Há algum ponto comum, algo ou alguém que os una? A conexão pode se dar pelo tipo de atividade que desenvolvem, pelo local onde moram, com quem se relacionam etc. Para registrar essas informações, utilize uma lousa, algum editor de imagens ou até mesmo uma folha grande, por exemplo, de flipchart. Se possível, deixe esse mapeamento afixado na sala durante toda a formação – poderá ser útil nas próximas etapas da formação.



Exemplo de aplicação da atividade  
"Não estamos sozinhos".

# Atividade 6: Começando um projeto de vida

APOIAR OS(AS)  
JOVENS A  
IDENTIFICAREM  
QUAIS SÃO SEUS  
OBJETIVOS DE VIDA.



**TEMPO  
ESTIMADO:**

40min



**MATERIAIS  
NECESSÁRIOS:**

\_Folha modelo;  
\_Canetinhas;  
\_Canetas;  
\_Lápis;  
\_Borrachas.

## #comofazer:

**A**\_Cada jovem receberá a folha modelo (figura abaixo) que contém uma estrada em perspectiva. Essa estrada representa um dos muitos caminhos que poderá seguir durante a vida, afinal ela não é uma linha reta. ;)

Divida a atividade em duas etapas.

**B**\_Na primeira etapa, os(as) jovens indicarão seus objetivos no curtíssimo (em seis meses), curto (em um ano), médio (em cinco anos) e longo prazo (em dez anos). Em cada período, dê cinco minutos para que registrem seus objetivos.

No desenho, eles(as) indicarão quais são seus objetivos nesses intervalos de tempo, ou seja, os de curtíssimo prazo (seis meses) estarão mais próximos do começo da estrada, os de um ano, um pouco mais à frente (em direção ao horizonte e às montanhas) e assim por diante. Essa representação gráfica é importante, pois mostra não apenas o tempo, mas o tamanho do caminho a percorrer.

**C**\_Após registrarem os quatro objetivos (desejos) para os próximos dez anos, é preciso organizar como vão concretizá-los. Peça para os(as) jovens listarem as atividades que farão com que alcancem cada um desses objetivos.

Colocar-se um objetivo é fácil, por exemplo, “quero emagrecer 10 kg”. Mas de que maneira conseguirá isso? Essa é a magia, ou melhor, o plano para atingir cada objetivo proposto. Se deseja emagrecer 10 kg, a pessoa precisará listar quais ações tomará para isso, como:

- a) Procurar um médico;
- b) Realizar uma atividade física alguns dias por semana (de acordo com a recomendação médica). Dizer qual atividade – de preferência a que mais se gosta – quais tem condições físicas de fazer, onde, em que período do dia etc.;
- c) Procurar um(a) nutricionista para fazer uma reeducação alimentar;
- d) Ser mais ativo(a), por exemplo, ir para a escola a pé ou de bicicleta etc.

**D**\_Ao final, ajude-os a fazer a ligação entre os objetivos que querem alcançar e como seu(sua) super-herói/heroína o(a) ajudará nesse projeto – os interesses e “o que sei bem fazer” serão fundamentais nessa caminhada.

.....

### **DICAS PARA MELHOR APROVEITAR A ATIVIDADE:**

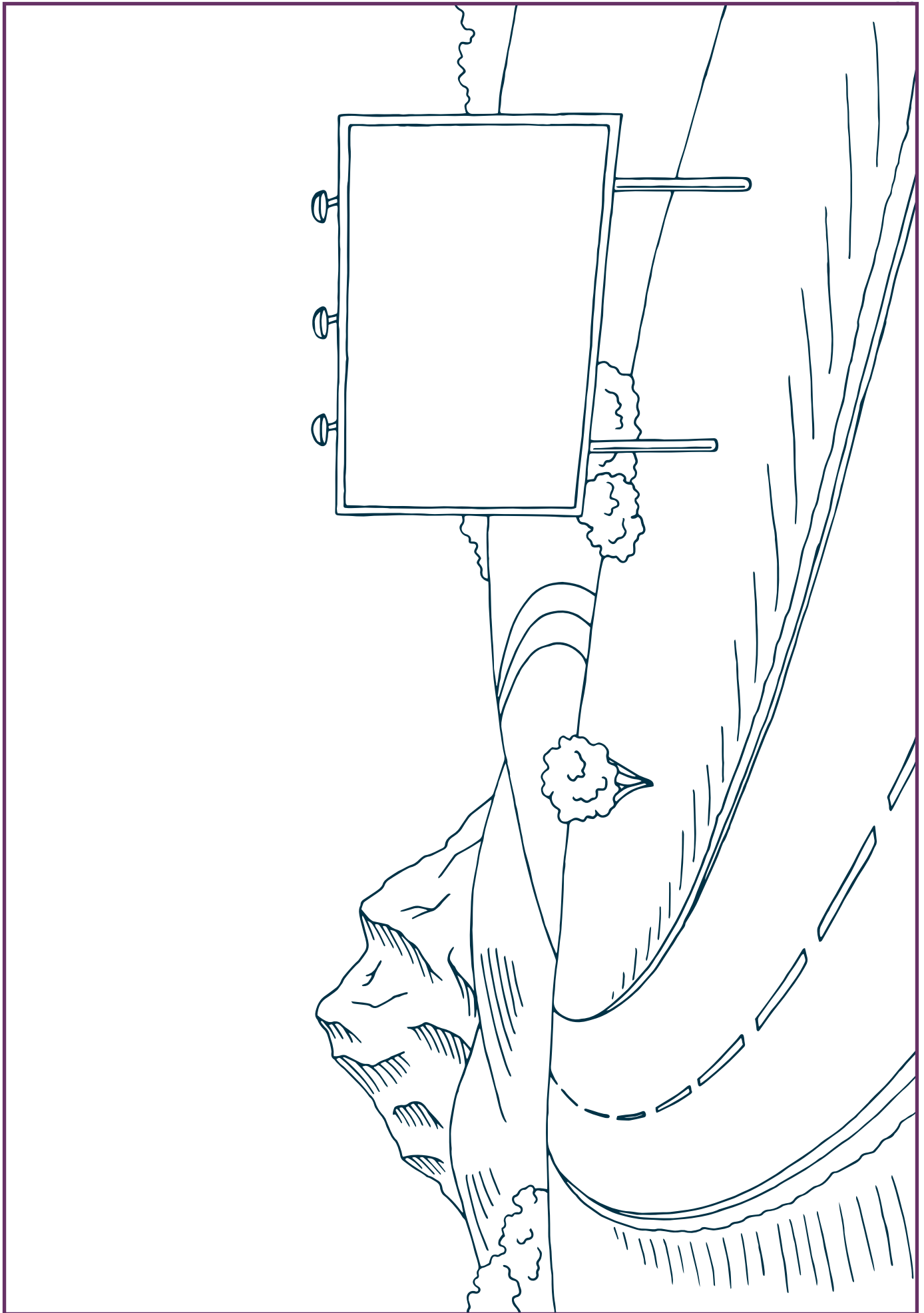
Aqui é muito importante provocá-los(as) para que saiam das respostas óbvias, por exemplo, “Ah, juntando dinheiro” ou “Vou entrar num curso” ou ainda “Fazer um exercício”.

É preciso que explicitem e aprofundem os “comos”, caso contrário não terão a dimensão de suas responsabilidades para atingir esses objetivos.

Incentive que listem atividades mais detalhadas e específicas possível, como: “Pretendo juntar dinheiro economizando nas minhas saídas semanais, deixando de gastar toda semana com uma balada” (ou outro divertimento); ou “Entrarei num curso de linguagem de programação para aprender mais sobre a área que desejo atuar profissionalmente”; ou “Farei caminhadas quatro vezes por semana após chegar da escola”.

Quanto mais específico, mais fácil saber por onde começar e saber se a atividade foi realizada.

.....



*Ilustração modelo.*



# Atividade complementar 1: Vida de #hashtags

LEVANTAR INFORMAÇÕES SOBRE COMO O(A) JOVEM ENXERGA A SI MESMO(A) E SEU ENTORNO E COMO OS OUTROS O(A) ENXERGAM, GERANDO AUTOCONHECIMENTO E REFLEXÃO SOBRE SUA IDENTIDADE E SUA REGIÃO. INCENTIVAR UMA LEITURA CRÍTICA DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO E ESTIMULAR UM OLHAR ANALÍTICO SOBRE O LUGAR ONDE OS(AS) JOVENS MORAM, PROMOVEDO A CAPACIDADE DE APONTAR DEMANDAS E DILEMAS LOCAIS.



## TEMPO ESTIMADO:

50min



## MATERIAIS

### NECESSÁRIOS:

- \_Folha modelo;
- \_Jornais e Revistas;
- \_Colas e Tesouras;
- \_Canetas e canetões.

**Alternativa e/ou complemento para: Atividade 3 (Ikigai).** O Vale do Jequitinhonha foi o território pioneiro dentro do Programa Pense Grande no trabalho com #hashtags para auxiliar no processo de autoconhecimento dos jovens.

### #comofazer:

**A\_** De uma forma simples e breve, pergunte se o grupo se lembra de alguma #hashtag da internet. Leve também alguns exemplos, caso o grupo não se recorde. Exemplos: **#PenseGrande**, **#empreendedores**, **#juventudeAtiva**, **#tamujunto**.

**B\_** Peça para que se reúnam em grupos de até quatro pessoas. Uma sugestão para organizá-los é pedir que se agrupem a partir de superpoderes comuns, listados na atividade “Qual é seu superpoder?”.

**C\_** Os participantes receberão uma folha (se possível no tamanho A3), dividida em quatro seções:

Em “Como a mídia nos vê” a ideia é levantar exemplos de como o local onde os(as) jovens moram (bairro, cidade) é retratado pelos jornais, TVs, internet etc. É um mergulho nos dilemas ou potências que sua região tem.

Já “Como nossas famílias nos veem” e “Como nós realmente somos” são reflexões mais individuais (de dentro para fora), enquanto que os outros dois são olhares de fora para dentro.

**D\_** Em cada quadrante, os grupos preencherão os espaços com imagens que os represente, retiradas de revistas e jornais. Em seguida, peça para que identifiquem as principais imagens com #hashtags.

**E\_** Após preencherem os quadrantes, peça para que cada grupo apresente o que produziu. É importante que explicitem seus pontos de vista, o porquê das imagens escolhidas e como se sentem a partir disso.

**Algumas perguntas podem ajudar nessa reflexão:**

“O que chamou a atenção do grupo nesta atividade?”

“Alguma coisa despertou a reflexão depois que as imagens foram escolhidas?

Houve alguma surpresa, alguma revelação para o grupo?”

“Como é se enxergar através do outro? Algo chamou a atenção de vocês?”

“Você já tinha parado para pensar em suas características e na forma como os outros te veem? Que diferença isso pode fazer em sua vida?”

“Há algum aspecto que te define que você gostaria de transformar?”

Diga aos jovens que esse exercício de olhar o outro (e ser olhado) será muito trabalhado a partir do Tema 4 desta formação, quando falaremos sobre Empatia.

Para finalizar a atividade, realize um debate com os grupos, sistematizando as principais #hashtags que identificam a turma.

COMO NOSSAS FAMÍLIAS NOS VEEM:

COMO O MERCADO DE TRABALHO NOS VÊ:

COMO A MÍDIA NOS VÊ:

COMO NÓS REALMENTE SOMOS...

# Atividade complementar 2: Qual é o seu superpoder?

“EM QUE VOCÊ  
É BOM(BOA)?”  
DESPERTAR E  
RECONHECER NOS(AS)  
JOVENS QUAIS SÃO  
SEUS TALENTOS,  
POTÊNCIAS E  
INTERESSES.

IDENTIFICAR O QUE OS  
UNES E O QUE PODEM  
APRENDER UNS COM  
OS OUTROS.

AO FINAL DA  
ATIVIDADE,  
TEREMOS UMA REDE  
DE INTERESSES  
E SABERES,  
QUE PODERÁ  
CONTRIBUIR PARA O  
DESENVOLVIMENTO  
DO EMPREENHIMENTO  
NOS PRÓXIMOS  
ENCONTROS.



**TEMPO  
ESTIMADO:**  
40min



**MATERIAIS  
NECESSÁRIOS:**  
\_Rolo de barbante.

Alternativa e/ou complemento para: Atividade 3 (Ikigai) ou atividade 4 (Você é seu(sua) super-herói/heroína).

## #comofazer:

**A\_** Com a turma em pé, distribua um rolo de barbante para um(a) dos(as) jovens. Ele(a) começa a atividade respondendo a três perguntas:

- Quem é você?
- O que te inspira a estar aqui? Por que você acorda todos os dias e faz o que você faz?
- Qual seu superpoder?

**B\_** Ao final da fala, esse(a) jovem passará o rolo de barbante para outra pessoa que iniciará sua apresentação. A atividade termina quando todos(as) se apresentarem.

.....

## DICAS PARA MELHOR APROVEITAR A ATIVIDADE:

**Veja abaixo algumas perguntas ativadoras que podem ser usadas:**

- Em “Quem é você?”, pergunte ao(à) jovem qual seria a #hashtag que o(a) define ou, ainda como se definiria com um tuíte (uma frase bem curta e objetiva). Lembramos que no Twitter cada “tuitada” tem, no máximo, 140 caracteres.
- Em “O que te inspira a estar aqui? Por que você acorda todos os dias e faz o que você faz?”, queremos saber a real motivação desse(a) jovem para estar no Pense Grande. A ideia é que as respostas se conectem às expectativas apresentadas na atividade anterior.
- “Por que você escolheu estar no Pense Grande?” pode ser um ótimo disparador para essa reflexão, além de apontar os interesses para assuntos e temas que poderão compor os próximos encontros da formação.
- “Qual seu superpoder?” tem muito a ver com o que de melhor esse(a) jovem sabe fazer ou conhece. Pode estar relacionado a sua vida pessoal – como, por exemplo, saber tocar um instrumento musical – ou a uma característica de sua personalidade, por exemplo, ser um(a) bom(oa) ouvinte. Pode também estar relacionado à escola ou à família.

.....



# saiba mais



1

A importância do autoconhecimento na juventude. Leia no Blog do Colégio Elvira Brandão, na seção Blog dos Colégios do jornal O Estado de S. Paulo: <https://goo.gl/gokorS>

2

É possível ter um projeto excelente de vida? Veja o que Seiiti Arata Jr. tem a dizer. Acesse: <https://goo.gl/ZGd8Rc>

3

A Endeavor Brasil debate sobre a importância do autoconhecimento para o empreendedorismo e traz algumas ferramentas para esse processo. Acesse: <https://endeavor.org.br/autoconhecimento>

4

A Fundação Lemann desenvolveu a pesquisa “Projeto de Vida”, com o objetivo de entender o que se ensina nas escolas e o que os jovens precisam para seguir em suas vidas. Acesse: <https://goo.gl/85Efdz>

5

O filme “Eu Maior” faz provocações importantes como “Quem sou eu?” e “Para onde eu vou?”. Vale muito a pena assisti-lo! Está completo e disponível em: <https://goo.gl/HxiYA1>

6

O canal Game Over mostra como montar um paper toy. Acesse: <https://goo.gl/PmXfeK>

7

Conheça o que são os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Acesse: <https://goo.gl/YWkLYs>

8

Conheça o CEDEDICA, parceiro do Pense Grande no Vale do Jequitinhonha: <http://cededica-vale.com.br/site>

9

Conheça o Projeto Arrastão, parceiro do Pense Grande em São Paulo: <http://arrastao.org.br>