

## PROJETO DE VIDA

Responsáveis: Carlos Eduardo Sampaio Burgos Dias; Ivone Georg; Juliana Marcondes de Moraes; Marcio Sebastião Cardoso Horta; Monica F. Botiglieri Moretti; Priscila Marçal Fer.

**Modalidade:** a distância

**Carga Horária:** 20 horas

**Atividades síncronas (encontros):** 8 horas

**Atividades práticas (atividades a serem entregues):** 6 horas

**Atividades teóricas (leituras e vídeos):** 6 horas

**Vagas:** 30

**Público-alvo:** A atividade é aberta a qualquer pessoa interessada, entretanto ela foi planejada para estudantes do ensino superior e/ou ensino médio.

**Formas de seleção:** Não há processo seletivo, as vagas serão preenchidas por ordem de inscrição.

**Valor:** Gratuito

**Inscrições:** de 05/02/2024 a 14/02/2024

**Link:** A ser gerado pela Proec

**Contato:** [orientacaoosestudos@unifesp.br](mailto:orientacaoosestudos@unifesp.br)

**Estratégia de Divulgação:** site da Praepa e redes sociais das equipes dos NAEs, podendo ser compartilhado nas páginas dos campi da Unifesp e nas demais redes sociais da Unifesp.

**Objetivo:**

O objetivo deste curso é possibilitar aos/às estudantes um espaço reflexivo de introdução à vida acadêmica. O curso tem o intuito de ajudar os/as estudantes a

pensarem sobre seus projetos de vida acadêmico, pessoal e profissional, refletindo sobre seus valores, visão de mundo e futuro, assim como organizar seus sonhos, possibilidades e perspectivas a partir das próprias experiências.

### **Conteúdo programático:**

- 1- Projeto de vida;
- 2- Classe, raça e gênero;
- 3- Adulterez emergente;
- 4- Juventudes e projeto de vida;

### **Ementa:**

Ao pensarmos em um projeto para nossas vidas, estamos nos referindo ao futuro, ao presente e ao nosso passado. Para alcançarmos determinados objetivos em nossas vidas é necessário que saibamos nos situar no presente e ter autoconhecimento. De acordo com Machado (2004) a palavra projeto deriva do latim *projectus*, significando algo como um jato lançado para frente. Ainda segundo o autor, ao nascer, cada ser humano é lançado no mundo “como um jato de vida”, aos poucos constituindo-se como pessoa, “na medida em que desenvolve a capacidade de antecipar ações, de eleger continuamente metas a partir de um quadro de valores historicamente situado, e de lançar-se em busca das mesmas, vivendo, assim, a própria vida como um projeto”. (MACHADO, 2004, p.2-3).

Velho (2008) ao se referir a trajetória das pessoas, não ignora a realidade e as relações sociais, inclusive de poder, mas aponta que há possibilidades de escolhas, para ele, é importante que os sujeitos busquem na sua trajetória de vida e não apenas em sua posição social, a explicação para seus comportamentos, preferências e aspirações. Velho (2008) também destaca a importância de se atentar não apenas a trajetória em si, mas ao ritmo e direção dela, podendo a partir daí extrair consequências assim como “perceber a própria trajetória enquanto expressão de um projeto”. Ou seja, a trajetória tem um poder explicativo mas deve ser dimensionada e relativizada com a tentativa de perceber o que possibilitou essa

trajetória particular e não outra. É aí que parece que a noção de projeto pode ser útil” (VELHO, 2008, p.108).

As nossas escolhas implicam em recusas e, ao traçarmos nosso projeto de vida, fazemos escolhas dentro das possibilidades existentes, mas também construímos possibilidades. A dinâmica da vida não linear, em que tudo o que foi planejado será executado, dessa forma, o projeto de vida deve ser dinâmico, sendo constantemente reavaliado e adaptado e, de preferência, tendo alguém mais experiente que possa fazer aconselhamentos, baseado nos valores e objetivos de vida.

### **Justificativa:**

A Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis e Políticas Afirmativas (Praepa), através da Comissão Apoio à Aprendizagem, vem trabalhando na criação e oferta de espaços alternativos de reflexão acerca do estudo e da aprendizagem.

Assim, o objetivo desse curso é oferecer recursos que possibilitem aos/as estudantes a reflexão sobre o processo de construção de um projeto de vida.

Arantes et al. (2016) em seu estudo sobre juventudes e projeto de vida trabalham com a distinção das concepções de jovem e juventude. Segundo elas, o conceito de juventude “que abarca processos biológicos, psicológicos, sociais, culturais e históricos, é de difícil definição, uma vez que, nos diversos campos de estudos, inúmeras abordagens são empreendidas, apontando divergências e ambivalências sobre seu emprego” (ARANTES et al., 2016, p.77). A definição de jovem utilizada por elas é a mesma da Organização das Nações Unidas (ONU), que compreende aqueles na faixa etária dos 15 aos 24 anos de idade. Elas explicam que esse recorte é importante porque diversas políticas públicas e órgãos governamentais se apoiam nela, além de ser a única categoria partilhada entre todos os jovens e que os diferencia perante outros grupos, mas, destacam que esse critério “delimita apenas o sujeito jovem e não a experiência psicossocial denominada juventude” (ARANTES et al., 2016, p.79).

Nessa lógica, Carneiro e Sampaio (2015) trabalham com o conceito de “adulterez emergente”, uma fase entre a adolescência e a vida adulta experimentada

dentro das possibilidades de juventude. As autoras destacam a dificuldade em se estabelecer uma fase nitidamente separada entre a adolescência e a vida adulta, mesmo que em termos cronológicos, a juventude seja comumente atribuída a faixa dos vinte anos. Para elas, na contemporaneidade, mais especificamente nas sociedades industrializadas, as fronteiras simbólicas de passagem entre as fases da vida estão cada vez mais tênues, com rituais de iniciação menos específicos em que a entrada na vida adulta “tem sido postergada em virtude de uma conjuntura estrutural típica das sociedades contemporâneas industriais e pós-industriais, caracterizadas pelo prolongamento da escolarização e pelo adiamento da conjugalidade, parentalidade e inserção no mundo do trabalho” (CARNEIRO; SAMPAIO, 2015, p.33).

Ainda segundo Carneiro e Sampaio (2015), “(...) às características da adultez emergente, sem dúvida, variam de uma cultura para outra, principalmente no que se refere ao nível socioeconômico e ao grupo étnico” e, quando observada à decisão de cursar ou não o ensino de nível superior e a repercussão desse nível de estudo, elas compreendem que para “aqueles que possuem a educação além do nível secundário, suas vidas são estruturadas em torno do estudo” (CARNEIRO; SAMPAIO, 2015, p.35).

A ideia de projeto de vida está associada à ideia de futuro e, segundo Arantes et al. (2016) “o que temos visto, enquanto pesquisadoras e educadoras é uma crescente postergação das escolhas que culminam na elaboração dos projetos de vida dos jovens” (ARANTES et al., 2016, p.79). Elas afirmam não saber se esse fenômeno seria motivado “pela indecisão, pela confusão ou pela reflexão, mas é certo que a elaboração do projeto de vida é o recurso mais satisfatório para lidar com essas instabilidades sem abrir mão da realização de nossas aspirações” (ARANTES et al., 2016, p.79).

Para elas, a centralidade dos projetos vitais na vida dos sujeitos possibilita o “exercício pleno da capacidade de tomar decisões e fazer escolhas que almejam a realização e a satisfação pessoal, gerando ainda benefícios para a coletividade”. (ARANTES et al., 2016, p.81). Essa capacidade de decidir e fazer escolhas está alicerçada nos valores e trajetórias dos sujeitos, em suas identidades morais em processos que envolvem valores e sentimentos (ARANTES et al., 2016).

Mandelli et al (2011, p.50) afirmam que “o jovem começa a moldar seu projeto de vida, concomitantemente ao projeto profissional, por perceber seus sonhos, desejos e ideias, em coerência com a realidade possível para o momento e com as perspectivas de futuro”.

Dessa forma, o curso sobre projeto de vida se caracteriza como um espaço de reflexão, onde esses jovens podem dialogar sobre suas adversidades, medos, perspectivas de futuro e formas de enfrentamento, exercitando fazer escolhas a partir de reflexões sobre as condições de classe, raça e gênero desses/as jovens.

Esse diagnóstico de trabalhar o tema do projeto de vida para além das dificuldades acadêmicas parece dialogar com a atual proposta da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) que trouxe em 2017 o projeto de vida como um tema a ser trabalhado no ensino médio. Sanchez (2021) ao abordar o caráter inovador da proposta enquanto componente curricular pondera que esse acontecimento se deu de forma confusa e incerta, uma vez que falta orientação sobre o “modus operandi da prática de ensino deste componente”, além da escassez de formação para os professores trabalharem com o tema e a ausência de material.

**Metodologia:** Curso prático-teórico. As(Os) cursistas inscritas(os) terão acesso ao conteúdo, atividades e link para os encontros síncronos, através do Classroom.

Serão realizados 4 encontros síncronos de duas horas cada (via Google Meet), tendo 2 atividades a serem entregues, além do estudo de textos e vídeos indicados no Cronograma e nas referências bibliográficas.

A carga horária total do curso é de 20 horas distribuídas da seguinte forma: 8 horas de encontros síncronos, 6 horas de atividades práticas assíncronas (envio de atividades com feedbacks e participação nos fóruns) e 6 horas de estudos assíncronos.

**Avaliação:** Serão consideradas(os) aprovadas(os) as cursistas que participarem de ao menos 75% dos encontros síncronos e enviarem no Google Classroom as duas atividades estipuladas no Cronograma. O controle de frequência será feito através de lista durante os encontros síncronos.

**Certificado:** Será disponibilizado posteriormente à finalização do curso para as(os) cursistas inscritas(os) que cumprirem com os requisitos de avaliação.

**Acesso ao curso:** Os cursistas inscritos no curso receberão no e-mail cadastrado na inscrição um convite para participarem de uma turma no Google Classroom. O acesso ao curso será por meio dessa ferramenta e o convite de acesso será feito via e-mail, alguns dias antes do início do curso (19/02/24).

**Acesso aos encontros síncronos:** o link de acesso estará disponível na turma do Google Classroom. A(O) cursista participante se compromete a não divulgar e compartilhar o link de acesso evitando dessa forma a lotação da sala, assim como invasões ou outros problemas.

#### Cronograma\*

<b>Período</b>	<b>Atividade</b>
<b>Dia</b> <b>19/02/2024</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Encontro síncrono das 12 às 14 horas</b></li><li>- <b>Leitura do texto:</b> MARCELINO, Maria Quitéria dos Santos; CATÃO, Maria de Fátima Fernandes Martins; LIMA, Claudia Maria Pereira de. Representações sociais do projeto de vida entre adolescentes no ensino médio. <b>Psicologia: Ciência e Profissão</b> [online], v.29, n.3, p.544-557, 2009. Disponível em: <a href="https://doi.org/10.1590/S1414-98932009000300009">https://doi.org/10.1590/S1414-98932009000300009</a>. Acesso em: 08/12/2023.</li><li>- <b>Atividades assíncronas (Assistir o vídeo):</b> ARANTES, Valéria. <b>Primeiro passo:</b> o conceito de Projetos de Vida (Parte 1). São Paulo: Instituto longo, 2020. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=mtaomLjMQDU">https://www.youtube.com/watch?v=mtaomLjMQDU</a>. Acesso em: 08/12/2023.</li></ul>
<b>Dia</b> <b>20/02/2024</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Encontro síncrono das 12 às 14 horas</b></li><li>- <b>Leitura do texto:</b> CARNEIRO, Virgínia Teles; SAMPAIO, Sonia Maria Rocha. Adulterez emergente: um fenômeno normativo? <b>Revista Saúde e Ciência Online,</b></li></ul>

	<p>v.4, n.1, p.32-40, 2015. Disponível em:  <a href="https://rsc.revistas.ufcg.edu.br/index.php/rsc/article/view/238">https://rsc.revistas.ufcg.edu.br/index.php/rsc/article/view/238</a>. Acesso em: 08/12/2023.</p> <p>DEBERT, Guita Grin. A dissolução da vida adulta e a juventude como valor. <b>Horizontes Antropológicos</b>, Porto Alegre, ano 16, n. 34, p. 49-70, jul./dez. 2010. Disponível em:  <a href="https://www.scielo.br/j/ha/a/Ns9LnNnkmBzclFfdwQNd6Yf/?lang=pt">https://www.scielo.br/j/ha/a/Ns9LnNnkmBzclFfdwQNd6Yf/?lang=pt</a>. Acesso em: 08/12/2023.</p> <p>- <b>Atividades assíncronas (Assistir o vídeo):</b>  PEARSON, Helen. <b>Lessons from the longest study on human development</b>. TED Talk, 23 de outubro de 2017. Disponível em:  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=8Dv2Hdf5TRg">https://www.youtube.com/watch?v=8Dv2Hdf5TRg</a>. Acesso em: 08/12/2023.</p> <p>- <b>Elaboração e envio da 1ª versão do projeto de vida seguindo o modelo do curso (Classroom).</b></p>
<p><b>Dia</b>  <b>21/02/2024</b></p>	<p>- <b>Encontro síncrono das 12 às 14 horas</b></p> <p>- <b>Leitura dos textos:</b>  COLLINS, Patricia Hill. Em direção a uma nova visão: raça, classe e gênero como categorias de análise e conexão. In: MORENO, Renata (org.). <b>Reflexões e práticas de transformação feminista</b>. São Paulo: SOF, 2015, p.13-42. (Coleção Cadernos Sempre Viva. Série Economia e Feminismo, 4). Disponível em:  <a href="https://www.sof.org.br/wp-content/uploads/2016/01/reflex%C3%B5esepraticasdetransforma%C3%A7%C3%A3ofeminista-1.pdf">https://www.sof.org.br/wp-content/uploads/2016/01/reflex%C3%B5esepraticasdetransforma%C3%A7%C3%A3ofeminista-1.pdf</a>. Acesso em: 08/12/2023.</p> <p>GOMES, D. F. L. Sobre a teoria das classes sociais de Jessé Souza. <b>Revista de Direito</b>, v.11, n.1, p. 221–265, 2019. Disponível em:  <a href="https://periodicos.ufv.br/revistadir/article/view/7227">https://periodicos.ufv.br/revistadir/article/view/7227</a>. Acesso em: 08/12/2023.</p> <p><b>Atividades assíncronas (Assistir o vídeo):</b>  WALDINGER, Robert. <b>Do que é feita uma vida boa</b>: Lições do mais longo estudo sobre felicidade. TED Talk, 16 DE MARÇO DE 2016. Disponível em:  <a href="https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness/transcript?source=facebook&amp;language=pt-br">https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness/transcript?source=facebook&amp;language=pt-br</a>. Acesso em: 08/12/2023.</p>
<p><b>Dia</b>  <b>22/02/2024</b></p>	<p>- <b>Encontro síncrono das 12 às 14 horas</b></p> <p>- <b>Leitura do texto:</b>  MANDELLI, Maria Teresa; SOARES, Dulce Helena Penna; LISBOA, Marilu Diez. Juventude e projeto de vida: novas perspectivas em</p>

	<p>orientação profissional. <b>Arquivos Brasileiros de Psicologia</b>; Rio de Janeiro, 63 (no.spe.): 1-104, 2011. Disponível em: <a href="http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1809-52672011000300006">http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1809-52672011000300006</a>. . Acesso em: 08/12/2023.</p> <p><b>Atividades assíncronas (Assistir o vídeo):</b> RAMOS, Márcio. Vida Maria. Governo do Estado do Ceará, VIACG Produção Digital. Fortaleza, 2017. Disponível em: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yFpoG_htum4">https://www.youtube.com/watch?v=yFpoG_htum4</a>. Acesso em: 08/12/2023.</p> <p>- <b>Elaboração e envio da 2ª versão do projeto de vida seguindo o modelo do curso (Classroom).</b></p>
--	---

\* Todas as atividades síncronas e assíncronas são de responsabilidade de toda a equipe do curso.

## Referências (obrigatórias)

ARANTES, Valéria. Primeiro passo: o conceito de Projetos de Vida (Parte 1). São Paulo: Instituto Iungo, 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=mtaomLjMQDU> Acessado em: 11/01/2022.

ARANTES, Valéria Amorim; DANZA, Hanna Cebel; PINHEIRO, Viviane Potenza Guimarães; PÁTARO, Cristina Satiê de Oliveira. Projetos de vida, juventude e educação moral. **International Studies on Law and Education** 23 mai-ago 2016, p.77-94.

CARNEIRO, Virgínia Teles; SAMPAIO, Sonia Maria Rocha. Aduldez emergente: um fenômeno normativo? **Revista Saúde e Ciência Online**, v.4, n.1, p.32-40, 2015. Disponível em: <https://rsc.revistas.ufcg.edu.br/index.php/rsc/article/view/238> Acessado em: 11/01/2022.

COLLINS, Patricia Hill. **Em direção a uma nova visão: raça, classe e gênero como categorias de análise e conexão**. In: MORENO, Renata (org.). Reflexões e práticas de transformação feminista. São Paulo: SOF, 2015, p.13-42. (Coleção Cadernos Sempre Viva. Série Economia e Feminismo, 4). Disponível em: <https://www.sof.org.br/wp-content/uploads/2016/01/reflex%c3%b5esepraticasdetransforma%c3%a7%c3%a3ofeminista-1.pdf> Acessado em: 13/01/2022.

GOMES, D. F. L. Sobre a teoria das classes sociais de Jessé Souza. *Revista de Direito*, v.11, n.1, p. 221–265, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufv.br/revistadir/article/view/7227>.

MANDELLI, Maria Teresa; SOARES, Dulce Helena Penna; LISBOA, Marilu Diez. Juventude e projeto de vida: novas perspectivas em orientação profissional. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**; Rio de Janeiro, 63 (no.spe.): 1-104, 2011. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672011000300006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672011000300006) Acessado em: 12/01/2022.



MARCELINO, Maria Quitéria dos Santos; CATÃO, Maria de Fátima Fernandes Martins; LIMA, Claudia Maria Pereira de. Representações sociais do projeto de vida entre adolescentes no ensino médio. *Psicologia: Ciência e Profissão* [online], v.29, n.3, p.544-557, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932009000300009> Acessado em: 11/01/2022.

PEARSON, Helen. Lessons from the longest study on human development. TED Talk, 23 de outubro de 2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=8Dv2Hdf5TRg> Acessado em: 11/01/2022.

PEARSON, Helen. The Life Project: what makes some people happy, healthy and successful – and others not? *The Guardian*, 27 de fevereiro de 2016. Disponível em: <https://www.theguardian.com/books/2016/feb/27/the-life-project-what-makes-some-people-happy-healthy-successful-and-others-not> Acessado em: 11/01/2022.

RAMOS, Márcio. Vida Maria. Fortaleza: Governo do Estado do Ceará, VIACG Produção Digital, 2017. Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=yFpoG\\_htum4](https://www.youtube.com/watch?v=yFpoG_htum4) Acessado em: 11/01/2022.

SANCHEZ, Devair Gonçalves. Curta-metragem no componente curricular projeto de vida. **Cadernos de Pós-graduação**, 20(2), 50-62, jul./dez. 2021. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/cadernosdepos/article/view/20365/9355> Acessado em: 09/12/2021.

WALDINGER, Robert. Do que é feita uma vida boa: Lições do mais longo estudo sobre felicidade. TED Talk, 16 DE MARÇO DE 2016. Disponível em: [https://www.ted.com/talks/robert\\_waldinger\\_what\\_makes\\_a\\_good\\_life\\_lessons\\_from\\_the\\_longest\\_study\\_on\\_happiness/transcript?source=facebook&language=pt-br](https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness/transcript?source=facebook&language=pt-br) Acessado em: 11/01/2022.

### Referências (complementares)

ARANTES, Valéria. Primeiro passo: o conceito de Projetos de Vida (Parte 2). São Paulo: Instituto Iungo, 2020. Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=HmkeKFbcP\\_U](https://www.youtube.com/watch?v=HmkeKFbcP_U) Acessado em: 11/01/2022.

ARANTES, Valéria. Primeiro passo: o conceito de Projetos de Vida (Parte 3). São Paulo: Instituto Iungo, 2020. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=XR8-XTg8fI4> Acessado em: 11/01/2022.

MACHADO, Nilson José. **Educação: Projetos e Valores**. 5 ed. São Paulo: Escrituras Editora, 2004.

PEARSON, Helen. *The life project: the extraordinary story of 70,000 ordinary lives*. Berkeley, CA: Soft Skull Press, 2016.

SOUZA, Jessé. **Ralé brasileira: quem é e como vive**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2009. Disponível em: <http://flacso.redelivre.org.br/files/2014/10/1143.pdf> Acessado em: 10/01/2022.

VIEIRA, Gabriela Pagano; DELLAZZANA-ZANON, Letícia Lovato. Projetos de Vida na Adolescência: uma Revisão Sistemática da Literatura. *Gerais, Rev. Interinst. Psicol.*, Belo Horizonte, v. 13, n.3, p.1-12, 2020. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202020000300016](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202020000300016)> Acessado em: 11/01/2022.

VELHO, Gilberto. Cultura de classe média: reflexões sobre a noção de projeto. In: \_\_\_\_\_. **Individualismo e cultura**. 8 ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2008, p.107-112.