



Data:

Clique aqui para inserir uma data.

Tema:

Automotivação

Conceitos trabalhados:

Autoconhecimento, perspectiva de futuro, automotivação, proatividade, superação.

Objetivos:

Mostrar ao jovem que ele pode ter um futuro melhor e que está ao seu alcance construir isso para si.

Recursos necessários:

Papel e caneta.

Duração:

45 minutos.

Descrição da atividade:

1) Dinâmica de integração "O que espero?"

Cada participante deve ter um papel e uma caneta para responder em sequência às seguintes perguntas:

- 1) Quando é o futuro?
- 2) O que espero para o futuro daqui a um minuto?
- 3) O que espero para o futuro daqui a um dia?
- 4) O que espero para o futuro daqui a uma semana?
- 5) O que espero para o futuro daqui a um mês?

As respostas devem ser lidas para todos após terminarem e um debate será iniciado.



Mediação de atividade:

Debate:

- Para “esses futuros” que vocês pensaram, como vocês alcançam? Como vocês executam? Que decisões tomam? Como agem em prol de? O que está ao alcance de vocês para realizar? Por que querem isso para vocês?

O mediador deve guiar esta atividade de modo a fazê-los pensar que o futuro não é algo tão distante e subjetivo, nem que precisamos ter sempre planos enormes para um futuro distante, mas sim que o futuro é, na verdade, o nosso agora, onde tomamos as decisões e temos ações que nos levam a um futuro melhor, com pequenas metas diárias.

Como as perguntas se referem a um futuro próximo e mais fácil de ser concebido, as respostas dadas pelos participantes geralmente giram em torno de coisas mais fáceis de percebermos como ao alcance de nossas decisões e ações que nos levam ao futuro que queremos, ou seja, esses futuros próximos são perceptíveis para a relação direta entre nossa ação e a construção dessa realidade que desejamos.

Após esse debate, o mediador pergunta:

- O que vocês esperam para a vida de vocês daqui a um ano? E para a vida de vocês quando forem adultos?
- Essas perguntas devem iniciar um novo debate, onde eles devem ser questionados: Qual a diferença das decisões que você toma para o próximo minuto e as decisões que você toma para sua vida adulta se todas as decisões são agora?

R: Nenhuma.

Por fim:

- E se as decisões são suas, o que te impede de fazer boas escolhas e ter um futuro melhor? O que é um futuro melhor?

E então repete-se a ideia:

- Para “esses futuros” que vocês pensaram, como vocês alcançam? Como vocês executam? Que decisões tomam? Como agem em prol de? O que está ao alcance de vocês para realizar? Por que querem isso para vocês?

Registro de atividade:

Clique aqui para digitar texto.