

ENSINO MÉDIO  
O QUE ME MOVE?

MATERIAL DA FAMÍLIA



# // // MATERIAL DA FAMÍLIA

Ensino Médio  
O que me move?

**Direção-geral**  
Caio Lo Bianco

**Gerência pedagógica**  
Joana London

**Direção editorial**  
Rachel Nogueira

**Gerência editorial**  
Elvira Cardoso

**Gerência de criação**  
Erika Scheiner

**Coordenação pedagógica**  
Renata Ishida

**Supervisão editorial**  
Andressa Fontes

**Supervisão de criação**  
Felipe Grisolia

**Revisão**  
Caíque Pereira, Karen Bandeira,  
Luciana Cafasso e Thayane Vieira

**Diagramação**  
Felipe Cabral, Paula Samico e  
Rafael Abreu

**Design**  
TUUT

**Iconografia**  
Mariana Baptista e Tatiana Siqueira

**Conceituação teórica**  
Marcia Frederico

**Autoria**  
Renata Ishida

**Colaboradores**  
Caio Lo Bianco, Joana London,  
Márcia Frederico e Melissa Goichman

**Roteiro de vídeos**  
Joana London e Brickmedia

**ISBN**  
978-65-5521-398-0



laboratório  
inteligência  
de vida

**MATERIAL DA  
FAMÍLIA**

Ensino Médio  
O que me move?

# // INTRODUÇÃO

Prezado responsável,

Olá! Você está recebendo o material do Laboratório Inteligência de Vida (LIV), um projeto em que o Eleva acredita e que inclui como matéria em sua proposta de ensino. Nesse espaço, será possível compreender como você pode participar do processo de educação socioemocional com os alunos e com a escola. E sua colaboração aqui é verdadeiramente fundamental para nós.

**Equipe LIV**



# 1. QUAL É O PROPÓSITO DO LIV?



O LIV tem como objetivo estimular habilidades socioemocionais nos alunos para que eles estejam preparados em relação aos principais desafios da contemporaneidade. A ideia é que os estudantes desenvolvam ou aprimorem sua trajetória com pensamento crítico, autoconhecimento e diversas habilidades, para que possam fazer escolhas com mais consciência, lidem melhor com suas emoções e trabalhem em equipe de forma realmente colaborativa. Nós acreditamos que o melhor caminho seja o do questionamento, da reflexão e do debate por meio de dinâmicas, vídeos e leituras.


Segundo o canadense Paul Tough, jornalista do *The New York Times Magazine* e autor do *best-seller Como as crianças aprendem*, as habilidades socioemocionais

“são habilidades que você pode praticar; e são habilidades que você pode ensinar”,<sup>1</sup> seja na escola ou em casa.

Nada disso, porém, aprende-se necessariamente em aulas tradicionais, afinal, não bastam conhecimentos acadêmicos para conseguir sucesso na vida – ainda que cada um tenha sua definição própria de sucesso. É preciso muito mais. Saber se comunicar bem, conseguir atuar de maneira integrada com outras pessoas e ter iniciativa são fatores valiosos para a nossa trajetória.

Quando se acredita em um projeto como o LIV, acredita-se também na escola como formadora de seres humanos – únicos, que respeitem suas individualidades, ao mesmo tempo que pensem e vivam a coletividade.

1. TOUGH, Paul. *Como as crianças aprendem*. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2017.



Assumimos que o aluno é muito mais do que um simples armazenador de informações que serão testadas e graduadas em determinadas datas do ano. Propomos investir na relação entre aluno, escola e família, com tudo aquilo que ela engloba: aprendizagem, dificuldades, companheirismo, hierarquia e, principalmente, interação com pessoas, valores e ideias diferentes.

Diversos marcos nacionais e internacionais de educação e direitos humanos explicam que o direito à educação está atrelado não só ao acesso à escola e ao conhecimento, mas também à formação em todas as dimensões do ser humano. Documentos de referência como a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e o




Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (Pnud) defendem a proposta de oferecer aos estudantes muito mais do que acúmulo de conteúdo. Para tanto, é necessário colocar o aluno no centro do processo e construir estratégias para que ele possa aprender a ser, a conviver, a conhecer e a fazer.<sup>2</sup>

No diz que respeito aos conhecimentos clássicos, é sabido que ainda é urgente superar muitos obstáculos educacionais básicos, como os relacionados à alfabetização e à aprendizagem dos conteúdos curriculares tradicionais. Contudo, também é preciso reconhecer que a escola deve se voltar para habilidades de colaboração, perseverança e criatividade com a

2. Esses são os quatro pilares apontados no relatório para a Unesco da Comissão Internacional sobre Educação para o século XXI (2010).





mesma intencionalidade que agarra os demais desafios, tanto porque essas habilidades são fundamentais para o desenvolvimento integral dos alunos quanto porque auxiliam na superação dos complexos desafios que a educação enfrenta.

Também é importante entender que aprimorar habilidades socioemocionais não significa contradizer a relevância dos conteúdos curriculares tradicionais. Pelo contrário; esse estímulo é fundamental para uma formação pessoal questionadora, além de ajudar na própria aprendizagem do aluno. Segundo Daniel Goleman e Peter Senge, um estudo recente em escolas ao redor do mundo que possuem programas de



inteligência emocional indicou redução em 10% no comportamento antissocial, aumento em 10% do envolvimento social e humano e, o que para alguns pode parecer curioso, aumento de 11% no desempenho acadêmico.<sup>3</sup>

Construímos este material da família, portanto, para alinhar os conceitos e as práticas de sala de aula com a convivência em casa. Afinal, depois da família, a escola é o segundo espaço de formação e socialização das pessoas.



3. GOLEMAN, Daniel; SENGE, Peter. *O foco triplo: uma nova abordagem para a educação*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2014.



## 2. O QUE SERÁ TRABALHADO NO ENSINO MÉDIO?



No Ensino Médio, os alunos são convidados a percorrer três grandes momentos: “Como eu estou?”, “O que me move?” e “Para onde vou?”.

Em “Como eu estou?”, cuja base teórica é a mentalidade de crescimento, desenvolvida pela psicóloga Carol Dweck, partimos da premissa de que somos seres em constante transformação. Nos quatro temas trabalhados durante o ano – quem eu estou comigo?; quem eu estou na família?; quem eu estou na escola?; quem eu estou no mundo? –, estimulamos a reflexão acerca das inevitáveis mudanças e quais são as possibilidades de protagonismo em cada uma dessas esferas.

Em “O que me move?”, os alunos são provocados a pensar sobre como são feitas as escolhas pessoais e profissionais da nossa vida, já que somos responsáveis por elas.

Também é lembrado que cada escolha tem consequências e que a não escolha também é uma escolha. Os temas foram escolhidos por meio de pesquisas com adolescentes dessa faixa etária: família, amizade, corpo e padrões de beleza, preconceitos, crises existenciais e escolhas profissionais. O último ano do Ensino Médio é um momento dúbio, de fechamento de ciclo e abertura para o novo. Por isso, a grande questão é “Para onde vou?”. Nesse projeto, percorremos todas as temáticas por meio de uma dupla abordagem: individual e coletiva. A ideia é proporcionar um aprofundamento reflexivo sobre os processos atuais e futuros de cada um, bem como uma despedida acolhedora do grupo. O material ainda oferece instrumentos práticos e acessíveis para os momentos de urgência próprios dessa época da vida, como técnicas de gestão de tempo e estratégias de manejo de ansiedade.



## 3. COMO ESSE TRABALHO SERÁ FEITO?



Durante todo o ano, o processo de escolhas pessoais e profissionais será trabalhado de forma alternada. Acreditamos que essa estratégia diminua a monotonia temática e implique debate mais aprofundado sobre o quanto essas questões (pessoais e profissionais) podem se cruzar.

### ESCOLHAS PESSOAIS


Selecionamos alguns temas para serem trabalhados e debatidos por meio de vídeos e dinâmicas. Essas temáticas foram levantadas por pesquisas realizadas não só entre grupos de alunos de diferentes escolas, mas também em pesquisas nos Estados Unidos referidas na

obra clássica de Covey – *As 6 decisões mais importantes que você vai tomar na vida*<sup>4</sup> –, além do relatório da Unesco. Este último mostra a influência dos contextos sociais com os quais o adolescente mais interage – amigos, família, escola, comunidade. Dessa forma, chegamos nos seguintes temas: padrão de beleza, preconceito, amizade, família e crises existenciais.

### **ESCOLHAS PROFISSIONAIS**

O objetivo não é chegar a uma conclusão única nem oferecer uma indicação de carreira para o aluno, mas proporcionar ferramentas e instigar debates que

4. COVEY, Sean. *As 6 decisões mais importantes que você vai tomar na vida*. Rio de Janeiro: BestSeller, 2007.



contribuam para seu processo de escolha. Para essas aulas, contamos com o apoio da **Fundação Estudar** na elaboração das atividades e do material de suporte. A Fundação Estudar se define como “uma organização sem fins lucrativos que acredita que o Brasil será um país melhor se tivermos mais jovens determinados a seguir uma trajetória de impacto”. Por isso, disseminam uma cultura de aprendizado e alavancam os estudos e a carreira de universitários e recém-formados.




Listamos, a seguir, alguns pontos para trabalharmos juntos.

- Pode ser que o aluno faça perguntas sobre a árvore genealógica da família. Ele estará cumprindo uma de suas tarefas, que é pesquisar sobre as relações e as funções que cada pessoa da família exerce. Pode ser um momento muito rico de troca de informações e revelações. Tente ajudá-lo a se informar sobre o máximo de familiares e gerações.
- Outra atividade que você poderá fazer durante o semestre será a de apresentar o aluno a profissionais de áreas de interesse para uma pequena “entrevista”.







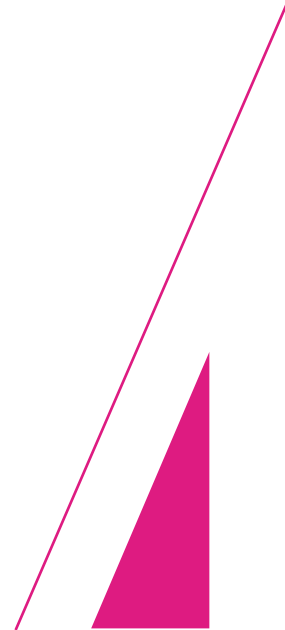
Compartilharemos um pouco sobre cada um dos profissionais e, se possível, poderá ser levado para vivenciar um dia de trabalho rotineiro de alguma profissão, inclusive a de alguém da família.

- É importante não pressionar o aluno sobre uma decisão de carreira. Devem ser respeitados o tempo dele e as indecisões naturais diante de tantas opções.
- Para reflexão: cuidado para não projetar seus próprios sonhos ou transferir suas expectativas para o aluno. Dê espaço e tempo para que ele descubra o que ele almeja para si.

As propostas das aulas e da metodologia utilizada são norteadas pelos pilares da Unesco, apresentados no texto anterior sobre qual é o propósito do LIV.



Ao estimular o autoconhecimento, espera-se promover o aprender a ser. Já o pilar do aprender a conviver é trabalhado tanto com as temáticas de família, amizade e preconceito, quanto por meio das dinâmicas cujos formatos têm o intuito de provocar a escuta e a empatia entre os alunos. Os debates sobre a sociedade, as representações sociais e os estigmas, bem como o incentivo a entrar em contato com as diversas perspectivas sobre o mesmo tema ajudam no processo do aprender a conhecer. Tudo isso fornece aos alunos as ferramentas necessárias para que eles se engajem no último pilar: o aprender a fazer.





## 4. CONVERSA COM A FAMÍLIA: A VIDA DO ADOLESCENTE




Muito se fala a respeito de uma crise vivida na adolescência. Não são raras as reclamações direcionadas aos jovens durante esse curto, porém intenso, momento de vida. A incompreensão e o preconceito diante das diferenças geracionais entre os adolescentes e seus responsáveis podem acarretar distanciamento, constantes desentendimentos e muita dor de cabeça.

Dessa forma, achamos importante destacar algumas situações esperadas nessa fase. As mudanças físicas, o aumento das responsabilidades e as questões que permeiam nossa cultura vão convocar o adolescente

a se reorganizar, o que pode gerar uma série de comportamentos que antes não apareciam ou não eram tão frequentes.

As oscilações de humor e de comportamento, portanto, não são necessariamente sinais de doença, de desrespeito ou de frescura; podem ser apenas reações às mudanças que costumam acontecer nessa fase da vida. Algumas delas serão abordadas aqui, porém o universo de cada adolescente é muito mais amplo e complexo do que é possível descrever em algumas páginas.

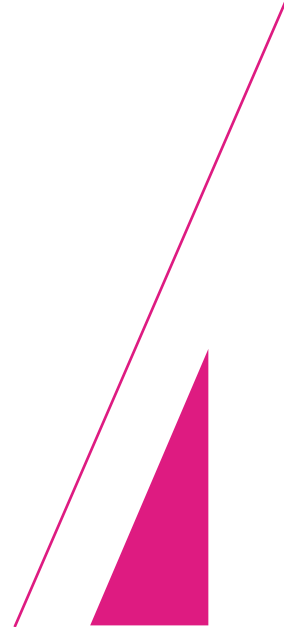



Assim, apresentaremos propostas de cuidado e pontos de atenção para que você acompanhe essa etapa da caminhada desafiadora que é a educação de crianças e adolescentes.

Ao ler cada uma delas, permita-se voltar no tempo e trazer as sensações daquela época à tona. Como era sua relação com a família? Havia muita cobrança? Eram parceiros ou distantes? E seus amigos? Eram poucos e bons ou era um grande grupo? Sua família gostava deles? A moda te influenciava? E os padrões de beleza do momento? Solidão, angústia e ansiedade foram sentimentos experimentados naquela época? Alguém te ajudou? E como foi escolher sua carreira profissional?



Agora imagine viver todas essas questões em um mundo mais rápido, competitivo e digital, como o de hoje. Imaginou? Acreditamos que a leitura por meio de olhos empáticos pode garantir uma reflexão mais profunda e, quem sabe, ajudar em novas ações.





// Não é só o corpo  
que muda, não são  
apenas as conexões  
nervosas que se  
refazem, SEU LUGAR  
NO MUNDO TAMBÉM SE  
DESLOCA.




## 4.1 FAMÍLIA

Não é só o corpo que muda, não são apenas as conexões nervosas que se refazem; seu lugar no mundo também se desloca. As brincadeiras de antes já não fazem mais sentido, as cobranças da sociedade aumentam, e, com elas, a responsabilidade sobre escolhas e atos.



Essa transição nem sempre é vivida de maneira tranquila; a saída da infância pode ser violenta, com o rompimento daquela certeza – até então sustentada – de que “vai dar tudo certo no final”. Essa crença cai por terra, segundo o psicólogo Charles Melman, quando se começa a perceber que seus pais (pai, mãe ou responsável) são humanos, com falhas e limitações. E é aí que se descobre a realidade mais dura e concreta do mundo. E mais: é nesse mundo não tão maravilhoso assim – comparado com o mundo dos seus sonhos de criança – que a pessoa é convidada a ingressar. Fugir ou aceitar? Eis a confusão.





A turbulência ou o afastamento da família podem acontecer por conta desses fatores, mas também porque nós, adultos, já esperamos de antemão um comportamento estranho do adolescente – ou tememos não saber conversar com ele – e o isolamos sem perceber.

Diferentemente de quando eram pequenos, quando era fácil ser o centro das atenções, os adolescentes vão se tornando invisíveis. Quem se afastou primeiro? Será que não deixamos de tocar, olhar e demonstrar interesse? E, por interesse, entende-se não necessariamente preocupação e controle, mas a genuína curiosidade de compreender o mundo do outro.

Provavelmente ele não vai querer compartilhar tudo, e é até saudável que não o faça. Começar a ganhar autonomia e privacidade – realmente sair debaixo das



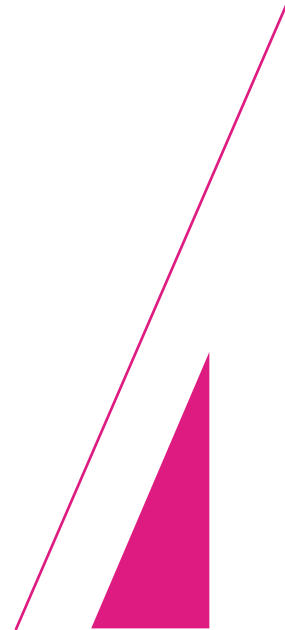
asas dos seus responsáveis – é fundamental para o desenvolvimento emocional.


Isso não significa, todavia, um descolamento total.

A adolescência implica crescimento, e ele leva tempo.

E, durante esse processo, a responsabilidade deve ser assumida pelas figuras responsáveis. Segundo o pediatra e psicanalista inglês Donald Woods Winnicott (1975), “se essas figuras abdicam, então os adolescentes têm de passar para uma falsa maturidade e perder uma vantagem genuína: a liberdade de ter ideias e de agir segundo o impulso”.

Estabelecer um equilíbrio entre permissão e controle, entre invasão e respeito à privacidade, entre seus limites e as vontades do adolescente é tarefa nada fácil.





Em muitas ocasiões, as famílias funcionam como alvo de certas provações diante das frustrações vividas, o que vai exigir sensibilidade, paciência e compreensão. Até porque ninguém gosta de ver alguém tão querido sofrer, mas, se pavimentarmos todas as estradas pelo outro, como ele aprenderá a construir os próprios caminhos?

Dar espaço com segurança para suas tentativas e erros, bem como legitimar suas falas e ouvir suas perguntas, são apostas de uma educação encorajadora para que ele consiga ser protagonista da própria vida. Um adolescente que faz perguntas duras a si mesmo e aos adultos não está apresentando um comportamento



desviante. São perguntas inteligentes, de quem percebe o mundo em que vive, e de quem se recusa a se alienar. Nelas, estão contidos os aspectos mais excitantes da matriz de raciocínio criativo, sentimentos inéditos e questionadores, ideias de um novo viver. Vale escutá-las. Acreditamos que a troca fará mais sentido para todos os lados.

#### 4.2 AMIZADE

