

Habilidades priorizadas:

- Escolher o instrumento mais apropriado em relação às condições do ambiente e aos objetivos do grupo;
- Perceber as situações do entorno e as possibilidades de caminho;
- Reconhecer características que possam beneficiar o grupo em relação aos seus objetivos.

Parte 1 – Contextualização

Traços pessoais: fraqueza ou força?



mlbr.com.br/motiv

Identificando pontos fortes e pontos fracos

Alguns exemplos de pontos fortes:

- Pontualidade;
 - Trabalho em equipe;
 - Persistência;
 - Foco;
 - Resiliência;
 - Comunicação;
 - Atitude;
 - Compreensão;
 - Dedicção;
 - Otimismo;
 - Criatividade.
- São pontos fortes que você deve aprimorar ao máximo.

Alguns exemplos de pontos fracos:

- Pessimismo;
 - Negativismo;
 - Descontrole;
 - Irritabilidade;
 - Descrença;
 - Injúria.
- São exemplos que precisam ser trabalhados pelas pessoas

Emoções

Saudade	Inveja	Prazer
Coragem	Ódio	Autoconfiança
Resiliência	Ciúmes	Desprezo
Preocupação;	Ressentimento	Dó
Confuso	Esperança	Dúvida
Desconfiança;	Rejeição	Frustração
Ansiedade	Amizade	Egoísmo
Decepção	Felicidade	Aceitação
Orgulho	Bondade	Otimismo
Solidão	Compaixão	Melancolia
Culpa	Pânico	Mágoa
Tranquilidade	Irritação	Prazer
Vergonha	Aflição	Remorso
Gratidão	Autopiedade	Pessimismo
Arrependimento	Carinho	Perdão
Rancor	Curiosidade	Paz
Vazio	Amargura	
Apatia		

Exercício – reflita e responda

Após assistir ao vídeo e analisar atentamente as duas tabelas acima, reflita sobre eles e responda em seu caderno as perguntas a seguir:

1. Qual a mensagem principal passada no vídeo?
2. Referente ao personagem principal do vídeo, qual objetivo pretende alcançar?
3. Dentre todas as emoções e pontos fracos e fortes listados nas imagens, quais são expressos pelos dois personagens do vídeo?
4. Identifique, dentre todos os pontos fortes e fracos listados na tabela, quais são mais vivenciados por você. Dê exemplos de situações em sua escola em que manifestou tais pontos.

Agora é a sua vez: pontos fortes e fracos em sua casa

Esta é uma tarefa para você e seus familiares. Você vai propor uma dinâmica em que cada um terá que responder em uma folha a seguinte questão referente a todos os membros da casa:

Quais são, em sua opinião, os meus pontos fortes e fracos?

Após todos escreverem as características dos membros da casa, apresentarão para os demais familiares. A ideia da dinâmica é conhecer os seus pontos fortes e fracos a partir da concepção dos membros da sua casa e depois fazer a reflexão pessoal.

Atenção:

- **Você também participará, isto é, também descreverá os traços pessoais de seus familiares.**
- **Utilize para esta dinâmica as tabelas dos pontos fortes e fracos e da emoção, expostos acima.**

Parte 2 – Jogo:

Jogando Sumo Sushi e aplicando a ferramenta “Posição-chave / Instrumento-chave”

Retomando Estratégias e Métodos: Você lembra da estratégia e método apresentados na aula passada?



Estratégia Posição-chave – Instrumento-chave e o Método de Pensamento do Detetive: A estratégia “Posição-chave – Instrumento-chave” é encontrar no tabuleiro, dentre todas as casas disponíveis, o ponto central, permitindo bloquear o oponente e criar ameaças em mais de uma direção em uma única jogada. Para isso, podemos utilizar o Método do Detetive, que auxilia na investigação de uma situação-problema, através de perguntas, para produzir e descobrir pistas, dados e informações que possibilitam criar soluções.

É hora de jogar!

Agora que retomamos a estratégia Posição-chave – Instrumento-chave e o Método do Detetive, jogue mais algumas partidas do jogo Sumo Sushi, colocando em prática a estratégia e o método de pensamento.

Jogando no Portal: entre na nossa arena (arenas.mindlab.net) e jogue Sumo Sushi utilizando o e-mail e a senha que você cadastrou. Quem ainda não tem cadastro, basta seguir as orientações presentes nas aulas passadas.



Jogando fora do Portal: Utilize o jogo que você construiu na aula retrasada.

Sugestões para conversar com seus familiares enquanto vocês jogam:

1. Qual é a posição que quero conquistar?
2. Como posso me beneficiar dessa posição?
3. O que essa posição demanda?
4. Que traços e capacidades pessoais eu tenho para contribuir com o sucesso nessa posição?
5. O que devo fazer para conquistar essa posição?

Parte 3 – Aplicação na vida



Refletindo sobre a vida

Cotidianamente, lidamos com nossos pontos fracos e fortes, sejam nas vivências relacionadas à emoção ou cognição. Agora imagine a seguinte situação:

Você foi escolhido como representante de sua escola para gravar um vídeo relatando como está sua vida durante a fase de isolamento provocada pelo Covid-19. O vídeo deve conter: sua rotina, como tem se comunicado com as pessoas, dificuldades e facilidades do dia a dia, do que mais sente falta e tarefas familiares. Lembre-se que este vídeo deve ser motivacional, isto é, deve transmitir uma mensagem de apoio aos professores e alunos.

Para realizar o vídeo, quais dos seus pontos fortes e quais dos pontos fracos estariam presentes? Elenque pelo menos 5 de cada em seu caderno, em uma tabela como exemplificado abaixo e utilize os emotions que considera adequado para cada ponto.

Pontos Fortes



Exemplo: Tenho facilidade em responder as questões propostas

Pontos Fracos



Exemplo: Tenho vergonha de me expor em vídeos

Dica: crie seu próprio vídeo, contendo os itens destacados (sua rotina, como tem se comunicado com as pessoas, dificuldades e facilidades do dia a dia, do que mais sente falta e tarefas familiares), se atentando ao objetivo da mensagem mencionado acima. Ao fazer o vídeo, aprimore seus pontos fracos e ressalte seus pontos fortes. Boa sorte!