



GO-PROJETO DE VIDA NO CONTEXTO UNIVERSITÁRIO: contribuições para a formação acadêmica e profissional no desenvolvimento pessoal dos estudantes da Uniasselvi de Brusque

Denise da Rocha Imhof¹
Sílvia Helena Arizio²

RESUMO: A disciplina de Go-Projeto de Vida, inserida na formação acadêmica da Universidade Uniasselvi de Brusque, desempenha um papel importante ao contribuir para que o período acadêmico seja direcionado ao alcance de objetivos pessoais e profissionais, favorecendo o equilíbrio entre os pilares da vida e indo além do simples cumprimento das disciplinas curriculares. Este artigo irá analisar a importância da disciplina GO-Projeto de Vida no contexto universitário, compreendendo sua contribuição para o desenvolvimento pessoal e acadêmico do estudante. Trazendo como indagação, qual a importância da disciplina em tela para a formação acadêmica, pessoal profissional dos estudantes universitário do Centro Universitário Uniasselvi de Brusque? Muitos universitários ingressam no ensino superior sem objetivos claramente definidos, enfrentando dificuldades de adaptação, organização e planejamento de carreira. E neste sentido entende-se que a disciplina pode contribuir para o fortalecimento do autoconhecimento, da autonomia e da responsabilidade auxiliando os estudantes na definição de metas acadêmicas e profissional. O que permite compreender como essa disciplina pode influenciar positivamente o desempenho, a permanência e o sucesso do aluno no ambiente universitário.

Palavras-chave: Acadêmico, Go-Projeto de Vida, Uniasselvi de Brusque.

1 INTRODUÇÃO

A educação superior representa para a vida universitária um período de mudanças, descobertas e desafios, o que exige dos estudantes não apenas dedicação aos conteúdos acadêmicos, mas também planejamento pessoal para sua atuação no mundo do trabalho de principalmente na sociedade. Neste contexto, a Universidade Uniasselvi de Brusque surge com a disciplina GO – Projeto de Vida como uma ferramenta importante para auxiliar os universitários no processo de autoconhecimento, definição de metas e construção de perspectivas futuras.

A disciplina GO – Projeto de Vida tem como finalidade oferecer aos estudantes um espaço de reflexão sobre seus objetivos, valores, sonhos e metas pessoais, contribuindo para a elaboração de um planejamento estratégico individual e de um plano de ação voltado ao alcance de resultados. Por meio de ferramentas de gestão pessoal e de desenvolvimento profissional, a disciplina busca incentivar os alunos a reconhecerem seus interesses, aperfeiçoarem suas competências e construir uma visão mais definida sobre o que desejam conquistar em diferentes aspectos da vida. Além disso, pretende estimular a tomada de decisões conscientes e responsáveis, fortalecendo o autoconhecimento e promovendo ações alinhadas aos princípios, objetivos e aspirações de cada estudante.

¹ deniseimhof.professora@gmail.com; <https://lattes.cnpq.br/0270249244632821>

² silvia.arizio3@gmail.com; <https://lattes.cnpq.br/0270249244632821>



Busca-se como objetivo geral para o tema analisar a importância da disciplina GO – Projeto de Vida no contexto universitário compreendendo sua contribuição para o desenvolvimento pessoal, acadêmico e profissional dos estudantes. E neste sentido, os objetivos específicos, identificar como a disciplina auxilia no planejamento acadêmico e profissional do estudante, compreender a relação entre autoconhecimento e construção do projeto de vida universitária; investigar a contribuição da disciplina para o desenvolvimento de competências socioemocionais, como responsabilidade, organização e tomada de decisões; avaliar de que forma a disciplina influencia a motivação, adaptação e permanência do estudante na universidade e refletir sobre a relação entre objetivos pessoais, formação acadêmica e carreira profissional.

O problema da pesquisa trás a seguinte indagação; qual a importância da disciplina GO – Projeto de vida para a formação acadêmica, pessoal e profissional dos estudantes universitário? E temos como hipóteses que a disciplina GO – Projeto de vida contribui positivamente para desenvolvimento acadêmico, pessoal e profissional dos estudantes universitários, auxiliando no planejamento de metas e na construção do futuro; os estudantes que participam da disciplina tendem a apresentar maior motivação e clareza em relação à carreira profissional e a disciplina contribui para uma melhor organização acadêmica, incentivando planejamento, disciplina e responsabilidade nos estudos.

Neste contexto, inúmeros desafios fazem parte da formação acadêmica na contemporaneidade, sendo um desses a formação de qualidade e o impacto social da instituição por meio de seus egressos. Portanto, a Uniasselvi de Brusque, no contexto educacional não visa apenas na formação técnica e científica, mas também no desenvolvimento pessoal do estudante, por entender que muitos ingressam sem seus objetivos claramente definidos e enfrentam dificuldades de adaptação.

O ambiente educacional pode se constituir como um espaço de descobertas e desenvolvimento, no qual o estudante encontra condições para fortalecer sua permanência acadêmica, especialmente quando o processo de ensino e aprendizagem se relaciona com sua realidade e experiências pessoais, favorecendo aprendizagens mais significativas e profundas.

Conclui-se que a disciplina GO – Projeto de Vida possui grande relevância no ambiente universitário, pois promove reflexões importantes sobre metas, valores e planejamento de futuro. Além do conhecimento acadêmico, ela favorece o desenvolvimento de habilidades pessoais e profissionais fundamentais para a construção de uma carreira e de uma vida mais organizada e consciente. Dessa forma, a disciplina se apresenta como um instrumento de apoio ao crescimento integral do estudante universitário.

2 METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como qualitativa, de natureza exploratória descritiva, tendo como objetivo analisar a importância da disciplina GO – Projeto de Vida no contexto universitário, compreendendo suas contribuições para o desenvolvimento pessoal, acadêmico e profissional dos estudantes do ensino superior.

Quanto aos procedimentos metodológicos, a investigação será desenvolvida por meio de pesquisa bibliográfica, fundamentada no levantamento, seleção e análise de materiais já publicados sobre a temática. Serão consultados livros, artigos científicos, trabalhos acadêmicos, documentos institucionais e legislações pertinentes, com o propósito de compreender os conceitos, fundamentos e contribuições da disciplina GO – Projeto de Vida no ambiente universitário.

A pesquisa bibliográfica permitirá a construção do referencial teórico, tendo como base autores que discutem temas relacionados ao projeto de vida, autoconhecimento, planejamento de carreira, autorresponsabilidade,



permanência estudantil e formação integral do universitário. Essa etapa busca aprofundar a compreensão acerca da relação entre o projeto de vida e o desenvolvimento acadêmico e profissional dos estudantes.

No que se refere ao método de abordagem, a pesquisa adotará o método indutivo, partindo da análise de ideias, estudos e evidências específicas sobre a disciplina GO – Projeto de Vida para alcançar compreensões mais amplas acerca de sua importância no contexto universitário. Esse método possibilita construir interpretações gerais a partir da observação e análise de elementos particulares identificados na literatura pesquisada.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

1. A Relação entre Autoconhecimento e Projeto de vida na Universidade.

Tem-se como objetivo ser pessoas bem-sucedidas e, de alguma forma, prosperar nas diferentes áreas da vida, na carreira e nos negócios. No entanto, acredite, nem todos estão dispostos a “pagar o preço” da dedicação, da disciplina e do empenho para a realização de seus sonhos. Comumente, as pessoas desistem de seus sonhos e objetivos no meio do caminho. Em partes, isso ocorre por falta de clareza de propósito e foco, mas também há outros componentes, como a autossabotagem, as crenças limitantes, os hábitos e os compostamente não produtivos, bem como a falta de autoconhecimento.

Segundo Vieira (2017) em suas palavras aduz que você é o principal responsável pelo caminho que sua vida tem seguido. A situação em que se encontra hoje resulta, em grande parte, de suas atitudes, decisões pensamentos, comportamentos, palavras e até das crenças que desenvolveu ao longo do tempo. Para o autor “Autorresponsabilidade é a crença de que você é o único responsável pela vida que tem levado, sendo assim, é o único que pode mudá-la. (VIEIRA, 2017)

Neste sentido, define-se a autorresponsabilidade como a crença de que somos os únicos responsáveis pela vida que temos levado e, dessa forma, também, os únicos que podem mudá-la.

Pensando dessa maneira, sendo e se comportando como o autor de sua história, certamente, você poderá se colocar em qualquer outro lugar, escrever e reescrever seus caminhos e escolhas. Assim, a autorresponsabilidade o capacita a mudar o que deve ser mudado, para continuar a avançar na direção do seu projeto de vida.

Como tudo na vida, acreditar, ou não, no poder da autorresponsabilidade é uma questão de opção. Acreditar que você é responsável pela vida que tem levado, também, é uma questão de escolha. Desta forma, considera-se que as experiências são construídas a partir de palavras comportamentos, pensamentos e sentimentos.

E assim, importante é utilizar de uma postura mental para auxiliar a assumir, responsavelmente, uma postura de sucesso, as pessoas que adotam essa postura mesmo após uma derrota, não cumpram as circunstâncias, as pessoas ou o destino, pois assumem a responsabilidade por seus resultados e se colocam a pensar sobre o que devem fazer para que, numa próxima vez, os resultados sejam melhores.

Outra observação e quando transferimos a responsabilidade de algo para outras pessoas, percebe-se de imediato que não evoluímos, pois delega-se o problema. Para o conhecimento de (Orofino, 2025), a autorresponsabilidade está associada à capacidade de assumir compromissos, reconhecer falhas, aprender com os erros e agir de maneira proativa diante dos desafios, sem recorrer a justificativas. Essa postura contribui para o fortalecimento da cultura organizacional e favorece um ambiente mais comprometido e produtivo.

A autorresponsabilidade é uma pauta extremamente importante quando se fala em projeto de vida, pois uma das questões centrais é a assunção da responsabilidade pelas ações e pelos resultados que se almeja alcançar, e,



para isso, é necessário repensar a postura que se tem assumido diante dos desafios, das dificuldades e das oportunidades que a vida tem proporcionado.

Nesse contexto, a autorresponsabilidade exerce papel importante no projeto de vida, pois incentiva atitudes conscientes, planejamento e comprometimento com os objetivos estabelecidos. Pensar e construir para o desenvolvimento permite tomar decisões de forma mais consciente e alinhadas com seus valores pessoais, objetivos e propósito, além de alavancar a motivação individual e, consequentemente, promover melhoria, sistemicamente, nas diferentes áreas da vida.

O projeto de vida é especialmente importante para os acadêmicos, uma vez que esse período da vida é marcado por muitas escolhas e decisões que podem impactar significativamente o futuro profissional e pessoal do indivíduo.

Vive-se um tempo de dúvidas. A multiplicação vertiginosa de opções para o indivíduo e a forte redução dos ciclos de tempo que levam assim a uma necessidade contínua de tomar decisões com impacto sobre o nosso futuro. Diante dessa necessidade, muito tem se falado da importância de projeto de vida ou de carreira, para que possasse ter uma orientação. Ainda que haja grande amplitude na construção do significado de projeto, boa parte das acepções correntes fundamenta-se no entendimento de que é preciso conhecer, com clareza, o objeto a ser alcançado em um momento específico no futuro (FERREIRA, 2008)

O projeto de vida é considerado, atualmente, uma poderosa ferramenta de gestão pessoal. De acordo com Vieira (2015), projeto de vida pode ser comparado a um mapa que nos orientará e nos conduzirá aos resultados que queremos alcançar. Considerando que, atualmente, vivemos em uma sociedade extremamente consumista, refém das tecnologias, conectada e com acesso a um grande volume de informações, as pessoas encontram dificuldades para encontrar um caminho e decidir sobre suas vidas e seu futuro. Mais do que nunca, necessitamos de uma ferramenta ou método que possa auxiliar no processo de decisão sobre a gestão de nossa vida, sobretudo, para sabermos para onde vamos e como atingiremos os resultados.

2. O Papel da Disciplina na Formação de Competências Socioemocionais

A disciplina Go- Projeto de Vida, nos leva a despertar e aceitar que se precisa fazer alguma coisa para se colocar em prática e que é possível. Talvez, algum tempo depois (minutos, horas, dias, meses ou anos, ou seja, o tempo é de cada indivíduo), essa reflexão tenha sido necessária para impulsionar para a grande virada.

E preciso refletir e reconhecer as nossas próprias habilidades e competências, identificando como elas potencializam as nossas capacidades pessoais, sociais e profissionais. O mercado evoluiu, as relações de trabalho se transformaram e, com isso surgiram novas exigências sobre o que significa ser um bom profissional.

As competências socioemocionais representam a integração entre o conhecimento teórico e prático que o indivíduo possui sobre si e sobre o outro. Pautadas na consciência, expressão, regulação e manejo das emoções, essas habilidades buscam ampliar o bem-estar subjetivo e aperfeiçoar as interações sociais. Dessa forma, o conceito engloba um espectro amplo que reúne a inteligência, a regulação e a criatividade emocional, além das habilidades sociais. (GODIN; MORAIS e BRANTES, 2014).

A Universidade Uniasselvi de Brusque na disciplina Go-Projeto de Vida enfatiza o papel ativo do estudante em seu processo de aprendizagem e no desenvolvimento de seu projeto de vida. Além disso, entre as competências gerais, destaca-se a importância de reconhecer a diversidade de conhecimentos e experiências culturais, bem como de adquirir saberes que contribuam para a compreensão das dinâmicas do mundo do trabalho. Esse processo favorece decisões coerentes com o exercício da cidadania e com a construção do projeto de vida, pautadas pela autonomia, senso crítico, liberdade e responsabilidade.



Neste contexto, as competências socioemocionais envolvem aspectos relacionados ao autoconhecimento, à construção de valores e virtudes, bem como à forma de se relacionar consigo mesmo e com os demais. Esse processo contribui para o fortalecimento da inteligência emocional, favorecendo a convivência saudável em sociedade, a elaboração de objetivos pessoais e a construção de uma vida orientada por significado e propósito.

Quando não se tem conhecimento ou consciência daquilo que fazemos ou o que nos afeta, os nossos resultados são aleatórios, porém, a partir do momento em que tomamos consciência de tudo aquilo que fazemos e nos impacta, passamos a ter a opção de continuar fazendo da mesma forma ou buscar formas alternativas para conduzirmos a vida. Isso nos habilita a tomarmos decisões que, certamente, poderão mudar o rumo de nossa história, ou seja, assumimos a responsabilidade pelas decisões que tomamos (WARREN, 2003).

Portanto, da análise da disciplina Go-Projeto de Vida da Universidade Uniasselvi de Brusque, entende-se que o desenvolvimento humano e acadêmico vai muito além da absorção de conteúdos estritamente técnicos. A verdadeira formação integral baseia-se em posicionar o estudante como protagonista ativo de seu próprio aprendizado, conectando os saberes acadêmicos às dinâmicas do mundo do trabalho e ao exercício pleno da cidadania.

Além disso, fica evidente que o fortalecimento das competências socioemocionais, ancoradas no autoconhecimento, na inteligência emocional e na construção de valores, é o que permite ao indivíduo transitar de uma postura reativa para uma postura consciente. Como aponta o texto, a falta de consciência gera resultados aleatórios. Em contrapartida, a autopercepção confere ao estudante o poder de escolha. Em última análise, cultivar a autonomia e o senso crítico capacita o sujeito a assumir a responsabilidade por suas próprias decisões, transformando intenções em um projeto de vida orientado por significado, propósito e impacto social positivo.

3. O papel de GO-Projeto de Vida na transformação da experiência universitária em um projeto de futuro consciente.

Esse projeto consolida-se no propósito de interagir e conhecer profundamente os ingressantes, compreendendo suas expectativas e objetivos de vida. Ao estreitar esses laços, fomenta-se o sentimento de pertencimento e, conseqüentemente, o engajamento ativo e inclusivo dos estudantes na vida acadêmica.

O foco no autoconhecimento justifica-se pela premissa de que a expansão da consciência do aluno sobre si mesmo e sobre a realidade que o cerca é o ponto de partida para a verdadeira autonomia. Ao decodificar suas próprias circunstâncias, o estudante não apenas mapeia seus talentos e potenciais latentes, mas também confronta suas fraquezas e vulnerabilidades com maturidade. Essa clareza diagnóstica transforma a visão de futuro: as metas deixam de ser meras expectativas externas e passam a ser objetivos genuínos. Assim, munido de intencionalidade, o indivíduo torna-se capaz de traçar caminhos estratégicos e resilientes, convertendo o aprendizado acadêmico em um vetor de realização pessoal e profissional.

A relevância dessa construção se torna evidente ao compreendermos que, quando não temos conhecimento ou consciência daquilo que fazemos ou o que nos afeta, os nossos resultados são aleatórios, porém, a partir do momento em que tomamos consciência de tudo aquilo que fazemos e nos impacta, passamos a ter a opção de continuar fazendo da mesma forma ou buscar formas alternativas para conduzirmos a vida. Isso nos habilita a tomarmos decisões que, certamente, poderão mudar o rumo de nossa história, ou seja, assumimos a responsabilidade pelas decisões que tomamos (WARREN, 2003).

É nessa liberdade de escolha e de posicionamento diante da realidade que a formação ganha um sentido profundo, pois, em um mundo repleto de desafios e adversidades, a capacidade de ressignificar a trajetória de vida torna-se essencial. Segundo Viktor Emil Frankl (2012, n.p.), “Quando não somos capazes de mudar uma situação,



somos desafiados a mudar a nós mesmos”. Essa citação destaca a importância de encontrar significado e propósito, mesmo nas situações mais difíceis, e nos lembra que, muitas vezes, é a maneira como escolhemos reinterpretar nossa história que define quem nos tornamos. Ressignificar a trajetória de vida não é apenas uma possibilidade, mas uma poderosa demonstração de resiliência e força interior.

4 CONCLUSÃO

A reflexão sobre a trajetória acadêmica e pessoal à luz da disciplina Go-Projeto de Vida consolida a premissa de que a formação universitária contemporânea exige a superação do modelo puramente técnico em prol de uma educação integral. Este componente curricular atua como o catalisador de uma "grande virada" individual, despertando no estudante a percepção de que a transformação e a prática de novas atitudes não são apenas necessárias, mas plenamente realizáveis dentro do tempo singular de cada indivíduo.

O alinhamento com as novas exigências do mercado de trabalho depende da capacidade de reconhecer e potencializar as próprias habilidades e competências. Nesse cenário, as competências socioemocionais emergem não como elementos acessórios, mas como a integração vital entre o saber teórico e a prática relacional. Pautadas no autoconhecimento, na regulação emocional e na empatia, essas habilidades capacitam o acadêmico a gerenciar suas emoções e a aperfeiçoar suas interações sociais, promovendo uma convivência saudável e cidadã.

Neste sentido, o amadurecimento proporcionado por esse processo pedagógico transfere ao estudante o papel de protagonista ativo de sua história. Ao substituir a falta de consciência que gera resultados puramente aleatórios, pela autopercepção crítica de suas ações e impactos, o indivíduo conquista a verdadeira autonomia. Em última análise, a disciplina cumpre seu papel institucional ao instrumentalizar o aluno para tomar decisões coerentes, éticas e livres, habilitando-o a assumir a responsabilidade por suas escolhas e a construir uma vida orientada por significado, propósito e realização profissional.

A jornada formativa delineada ao longo deste trabalho evidencia que o sucesso do estudante no ensino superior está intrinsecamente ligado a uma abordagem pedagógica que transcende a mera transmissão de conteúdos programáticos. Ao consolidar um espaço dedicado a conhecer profundamente os ingressantes e suas expectativas, a instituição não apenas estreita laços e mitiga o isolamento inicial, mas estabelece a base afetiva indispensável para o desenvolvimento do sentimento de pertencimento e do engajamento ativo na vida acadêmica.

A partir desse acolhimento, o foco no autoconhecimento revela-se uma ferramenta metodológica crucial, atuando como o elemento que desperta a autonomia. Compreender as próprias potencialidades e vulnerabilidades permite ao acadêmico transitar de uma postura reativa para uma conduta intencional, transformando aspirações abstratas em metas concretas de carreira. Como bem fundamentado na literatura, a ausência dessa autopercepção condena o indivíduo a resultados puramente aleatórios. Em contrapartida, a tomada de consciência atua como um divisor de águas: ela desfaz o automatismo, confere o poder de escolha diante do que nos afeta e convoca o sujeito a assumir a responsabilidade direta pelas decisões que moldam sua história.

Em última análise, esse ecossistema de aprendizagem integral encontra sua máxima expressão na capacidade de ressignificação existencial diante das adversidades do mundo contemporâneo. Ao integrar a perspectiva teórica de Viktor Frankl, compreende-se que a formação atinge seu propósito mais elevado quando instrumentaliza o estudante a buscar significado mesmo diante de situações imutáveis. Dessa forma, conclui-se que o verdadeiro protagonismo estudantil não se limita à inserção no mercado de trabalho ou ao êxito técnico, mas consolida-se na edificação de um sujeito resiliente, consciente de sua agência e plenamente capacitado a conduzir e reescrever seu próprio projeto de vida.

REFERÊNCIAS



FERREIRA, R. G. Projeto de vida. GVexecutivo, v7, n.4, 2008.

GONDIN, Sônia Maria Guedes; MORAIS, Franciane Andrade; BRANTES, Carolina dos Anjos Almeida. Competências socioemocionais: fator-chave no desenvolvimento de competências para o trabalho. Revista Psicologia, Organizações e Trabalho, Florianópolis, SC, v. 14, n. 4, p. 394-406, out./dez. 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v14n4/v14n4a06.pdf> Acesso em: 19 maio 2026.

OROFINO, Maria Augusta. O poder da autorresponsabilidade no ambiente de trabalho. Maria Augusta, [S. l.], 2023. Disponível em: <https://www.mariaaugusta.com.br/autorresponsabilidade-no-trabalho/>. Acesso em: 19 maio 2025.

VIEIRA, P. O poder da ação: faça sua vida ideal sair do papel. Fortaleza: Premium, 2015.

VIEIRA, Paulo. O poder da autorresponsabilidade. São Paulo: Editora gente, 2017.

VIKTOR EMIL FRANKL: o salmista do século XX. Revista Ultmato, ano 43, n. 327, mar. 2012. Disponível em: https://issuu.com/revista_ultmato/docs/ult_327. Acesso em: 15 fev. 2026.

WARREN, R. Uma vida com propósito: você não está aqui por acaso. São Paulo: Editora Vida, 2003.