



A IMPORTÂNCIA DA ADMINISTRAÇÃO PESSOAL NA ADOLESCÊNCIA

Gabrielli Nerbern da Silva¹; Flávia Hosne de Freitas¹

¹Área de Ciências Exatas, Humanas e Sociais – Centro Universitário Sagrado Coração
gabrielli.neubern@outlook.com; flahosne@gmail.com

Tipo de Pesquisa: Iniciação Científica Voluntária - PIVIC
Área de conhecimento: Sociais - Administração

O planejamento pessoal é fundamental para qualquer pessoa que queira alcançar um objetivo. A adolescência é a fase em que as transformações e a instabilidade emocional causam mais impactos, no entanto, é nesse mesmo período em que muitas decisões, visando o futuro, são tomadas. Diante disso, é imprescindível que os adolescentes se planejem, o que pode resultar uma melhor avaliação e organização pessoal, bem como autoconhecimento para decisões futuras, como a escolha profissional, proporcionando decisões lógicas e estratégicas quanto ao alcance dos objetivos e sonhos. Existem ferramentas administrativas simples que podem auxiliar a autogestão, como o plano de ação (5W2H) e a metodologia ilustrada no modelo *Project Model Canvas*, as quais são visuais e auto reflexivas, proporcionando uma fácil interpretação e construção de planos pessoais. Portanto, essa pesquisa se fundamentou em estudos bibliográficos a fim de ressaltar a importância da administração pessoal na adolescência, apresentou ferramentas fáceis de gestão e propôs uma ferramenta para adolescentes simplificada, baseada nas estratégias e metodologias do *Project Model Canvas* e da 5W2H.

Palavras-Chave: Adolescentes. Planejamento pessoal. *Project Model Canvas*. 5W2H.