**RESUMO EXPANDIDO**

**LINHA TEMÁTICA 1: CONSCIÊNCIA, AUTOCONHECIMENTO E EDUCAÇÃO**

**CONSCIÊNCIA NA ADOLESCÊNCIA**

Autoras: Cecília Santana Costa

cecifofinha\_15@hotmail.com

Thaís Moura dos Santos Santana

tathy5555@hotmail.com

Orientadora: Ana Lúcia Cruz

ana.cruz@anandaescola.com.br

Ananda – Escola e Centro de Estudos

A adolescência é uma fase complicada, na qual surgem sensações estranhas, pensamentos conturbados, tédio, insegurança, baixa autoestima, dentre outras coisas que nos deixam confusas. Motivadas pelos estudos da Consciência, um componente curricular do Ensino Médio da nossa Escola, e da proposta de desenvolver um projeto nas aulas de Fundamentos da Metodologia Científica, realizamos este trabalho. O objetivo geral é sugerir o estudo da Consciência para que o adolescente aprenda a lidar com esta fase; e os objetivos específicos são, pesquisar as transformações que o cérebro passa nesta fase; alertar os pais sobre a necessidade de conduzir os filhos na adolescência; e, propor a meditação como um recurso que auxilia no despertar da Consciência e no Autoconhecimento. O Ser Humana necessita “[...] de transformação individual e social, a partir da Consciência do Ser Humano como um todo” (BARRETO, 2018 p. 97). Segundo a Neurocientista Herculano-Housel (2005), a adolescência é uma fase de lapidação, refinamento e amadurecimento do cérebro que está em transformação. Portanto, a necessidade de um acompanhamento e da orientação de um adulto próximo, de preferência os pais, na condução do adolescente, para que construam a autonomia. Fundamentamos o nosso trabalho nos estudos de Barreto (2018) e Herculano-Housel (2005). A pesquisa foi desenvolvida durante as aulas da disciplina Fundamentos da Metodologia Científica – FMC - da Ananda Escola e Centro de Estudos, através de investigações e estudos sobre o tema e como recursos utilizamos livros, documentário sobre o cérebro em transformação e pesquisas em sites e textos impressos. Sendo assim, pode ser verificado que somente é possível uma transformação significativa, tanto individual quanto social, a partir do estudo e prática da Consciência. Até porque, a Consciência se pratica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Consciência. Adolescência. Transformação.