**DESCOMPLICANDO DECISÕES: ESTRATÉGIAS PARA CONSTRUIR ESCOLHAS ASSERTIVAS NA ADOLESCÊNCIA**

Categoria do Trabalho – Resumo Simples

*Eduardo Miquilini Lopes, Colégio Drummond;*

*Eloah Miquilini Lopes, Colégio Drummond;*

*Julia Aparecida Zago, Colégio Drummond;*

*Julia de Freitas Moura, Colégio Drummond;*

*Lucas Gabriel Silva Matias de Oliveira, Colégio Drummond;*

*Sophia Lopes Ribeiro, Colégio Drummond -* [*sophia.lopes1604@gmail.com*](mailto:sophia.lopes1604@gmail.com)

*Prof.ᵃ Orientadora Ma. Ana Carolina da Silva Antunes Carvalho.*

**RESUMO**

É na adolescência que ocorre uma fase de transição biopsicossocial significativa. Os jovens se deparam com pequenas e grandes escolhas. Estas podem variar desde a escolha do que comer até decisões que podem mudar a vida inteiramente, como optar por uma carreira. E, muitas vezes, encontram impasses ou dificuldades ao efetuá-las. A respeito do objetivo geral do trabalho, escolheu-se investigar como as decisões e seu processo de formação são influenciados pela inteligência cognitivo-emocional. A partir da elaboração dos objetivos específicos, visou-se compreender o conflito da tomada de decisão na adolescência, de modo a esclarecer como a escolha é feita. Além disso, procurou-se elaborar um método, a fim de construir escolhas com assertividade. Ademais, exibiu-se, na Metodologia, duas vias metódicas: qualitativa e quantitativa. Além disso, desenvolveu-se uma experiência de aprendizagem que visa instruir os jovens a tomarem decisões com mais estabilidade. Aplicaram-se questionários anônimos a estudantes de escolas particulares do Vale do Paraíba-SP, além de uma entrevista com um psicólogo. A experiência mostrou que o adolescente não escolheu a melhor decisão, variando entre as intermediárias. Por fim, os questionários e a entrevista revelaram que essa ineficiência é consequência de três principais fatores: a falta de experiência, a falta de preparo psicoemocional, e a contínua maturação das áreas indispensáveis para o pensamento crítico, tomada de decisões e autocontrole.

**Palavras-chave:** Adolescentes. Decisão. Psicológico. Cognitivo.