

ADOR LESCÊN CIA

LAB
HUMANI
DADES

O PESO INVISÍVEL: ANSIEDADE, SOLIDÃO E O FIM DO SONHAR.

Antes mesmo de descobrir quem são, já **são cobrados a performar**.
Não há tempo para experimentar, errar ou imaginar.

Sonhar deixou de ser prioridade. Virou risco.

A adolescência nunca foi leve, mas agora a pressão vem de todos os lados.

“Insegurança é o estado que mais me encontro no atual momento por conta das decisões a serem tomadas na vida e o nervosismo de ter que tomar essas decisões.”

(Meninos, 16-17 anos)

TODA A ANSIEDADE, MEDOS E INSEGURANÇAS DOS ADOLESCENTES SÃO SENTIMENTOS DIÁRIOS, RELACIONADOS AO PRESENTE E AO FUTURO

A PRESSÃO PARA TER SUCESSO ME DEIXA ANSIOSO.

61%

ADOLESCENTES

68%

MENINAS

TENHO MEDO DE NÃO CONSEGUIR REALIZAR OS MEUS SONHOS.

69%

ADOLESCENTES

76%

MENINAS

58%

dizem já terem tido crises de pânico ou ansiedade



SONHOS SUBSTITUÍDOS POR METAS, DESDE MUITO CEDO.

SONHOS

- 30% carreira
- 10% ser bem sucedido
- 6% faculdade e estudos
- 6% realização profissional
- 5% conquistar bens
- 5% estabilidade financeira
- 5% casamento e família
- 5% trabalhar
- 4% abrir o próprio negócio.
- 4% viver bem

Sem sonhos, não há transformação. Sonhar baixo pode subutilizar o potencial criativo e transformador desse momento de vida.

Estudo realizado pelo LAB Humanidades, em parceria com a Netflix. Conduzido entre julho de 2025 e fevereiro de 2026, o estudo ouviu 1.600 adolescentes entre 13 e 17 anos e 1.200 adultos em todo o Brasil.