



UC/FPCE\_2013

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Caminhos...Do apoio psicopedagógico ao  
aconselhamento e orientação escolar dos alunos**

Maria Adelaide Cordeiro Lourenço Mendes (e-mail:  
adelaide.mendes@aepombal.edu.pt)

Relatório de Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e  
Aconselhamento sob a orientação de Professor Doutor Joaquim  
Armando Gomes Ferreira

## Resumo

### “Caminhos...”

Este trabalho conjugou a análise de um percurso profissional desenvolvido nos Serviços de Psicologia e Orientação, conjuntamente com a exploração de uma das atividades que fazem parte dos três grandes eixos de intervenção dos referidos serviços, a Orientação Escolar e Profissional.

Foi também feita uma pequena síntese das teorias desenvolvimentistas, construtivistas e contextualistas. Seguida de uma breve apresentação dos modelos que sustentam a intervenção vocacional, o modelo arco-íris da carreira, o modelo segmental do desenvolvimento de carreira, o modelo da personalidade e da motivação e o modelo de Holland, que serviram de racional para elaboração de um instrumento a aplicar no âmbito da orientação escolar e profissional, o programa “Caminhos...”

**Palavras chave:** Orientação escolar e profissional, desenvolvimento vocacional, desenvolvimentistas, construtivistas, contextualistas, “caminhos...”.

## Abstract

This present work has combined the critical analysis of a career developed in the Psychology and Guidance Services, together with the exploitation of one of the activities that are part of the three main areas of intervention of these services, the Educational and Vocational Guidance.

We have also made a brief synthesis of developmental, constructivist and contextualist theories, followed by a description of the models that underpin vocational interventions, the career rainbow model, the segmental model of career development, the model of personality and motivation and the model of Holland, who served as the rationale for the development of an instrument to be applied within the educational and vocational guidance, entitled "Paths ..."

**Key Words:** Educational and vocational guidance, vocational development, developmental, constructivist, contextualist, "paths ...".

## **Agradecimentos**

A todos aqueles que estiveram presentes e que tornaram possível o presente trabalho, fica o meu agradecimento mais espontâneo e sincero. Muito obrigado!



## Índice

Introdução -----	1
I – Percurso profissional -----	3
1. Percurso nos Serviços de Psicologia e Orientação --	3
2. Trabalho desenvolvido no âmbito dos SPO -----	3
2.1. Apoio ao desenvolvimento do sistema de relações interpessoais no interior da escola e entre esta e a comunidade -----	4
2.2. Apoio psicopedagógico a alunos e professores--	4
2.3. Orientação escolar e profissional -----	5
II- Fundamentação teórica	
1. Orientação vocacional -----	6
2. Perspetivas teóricas -----	8
2.1. Perspetiva desenvolvimentista -----	8
2.2. Perspetiva construtivista -----	11
2.3. Perspetiva contextualista -----	13
3. Modelos que sustentam a intervenção vocacional ---	15
3.1 Modelo arco-íris da carreira -----	16
3.2 Modelo segmental do desenvolvimento de carreira -----	17
3.3 Modelo da personalidade e da motivação -----	18
3.4 Modelo de Holland -----	18
III – Programa “Caminhos...”-----	21
1. Contextualização -----	21
2. Apresentação do programa “Caminhos...” -----	22
2.1. Modalidade I -----	23
2.2. Modalidade II -----	33
2.3. Modalidade III -----	36
3. Sessões alternativas -----	36
4. Atividades complementares -----	38
4.1. Entrevistas -----	38
4.1.1. Entrevista final -----	38
4.1.2. Entrevistas específicas -----	38
4.2. Tarefas realizadas -----	38
4.2.1. Entrevistas a profissionais -----	38
4.2.2. Perfis profissionais -----	38
4.2.3. Biografia -----	39
4.2.4. Visitas de estudo -----	39
4.2.5. O dia com o profissional -----	39
4.2.6. Semana aberta de informação escolar e profissional -----	39
IV-Conclusões -----	40
Bibliografia -----	43

## Índice de anexos

### Anexos

- Anexo I - 1.1 Apresentação “Ser Pro” – André Sadet
- Anexo II - 1.2 Sistema educativo
- Anexo III - 1.3 Orientação escolar e profissional
- Anexo IV - 2.1 Ficha individual de Orientação Vocacional
- Anexo V - 3.4.1 Áreas de atividade
- Anexo VI - 3.4.2 Guião de entrevista
- Anexo VII - 5.6.1 Áreas de perfil do IPP
- Anexo VIII - 8.1 Os seis tipos da tipologia de Holland
- Anexo IX - 8.2 Atribuições imaginárias
- Anexo X - 8.3 Perfis
- Anexo XI - 9.1 Ficha de cursos científico-humanísticos
- Anexo XII - 10.1 Autobiografia
- Anexo XIII - 10.2 Ilustração vocacional
- Anexo XIV - 14.1 Oferta formativa – ensino secundário
- Anexo XV - 14.2 Oferta formativa – Concelho
- Anexo XVI - 16.1 Tomada de decisão
- Anexo XVII - 16.2 O meu caminho
- Anexo XVIII - 16.2 Projeto vocacional

## Introdução

O mundo que nos abriga e onde crescemos enquanto pessoas, confronta-nos diariamente com a necessidade de criar e/ou reinventar novos “Caminhos...”.

Quando se existe, sente-se, reflete-se e opta-se. Cada ação que um indivíduo inicia pressupõe decisões e escolhas, cada opção é um caminho traçado que culminará no percurso de vida de cada indivíduo.

Na definição de “caminhos...” está implícita a individualidade de cada um, nomeadamente as escolhas e opções, os valores e as aptidões pessoais que de forma harmoniosa e articulada se reajustam ao contexto e às necessidades do mesmo, numa perspetiva dinâmica de permanente autoconstrução.

“Caminhos...” traçamos todos nós sempre que enveredamos por qualquer projeto e ou percurso.

“Caminhos...” segue todo e qualquer agente que inicia algo ou que simplesmente define o seu “Rumo”.

“Caminhos...”, equacionamos e conseqüentemente reinventamos sempre que nos pareça necessário.

“Caminhos...” representam percursos de vida.

“Caminhos...”, lembro-me de imediato de um muito especial. Inicialmente passou por uma decisão escolar, a “Psicologia” e culminou numa definição profissional, os “SPO”.

Os Serviços de Psicologia e Orientação (SPO), também eles têm sido, ao longo do tempo, reinventados e reajustados às alterações políticas, sociais e económicas do contexto.

Durante vários anos, os profissionais de Psicologia, mais especificamente no âmbito da Orientação escolar e Profissional, percorreram um “Caminho...” pleno de desafios ao integrarem um serviço nas escolas, sem enquadramento legal e profissional específico, no entanto, as Faculdades de Psicologia e de Ciências da educação, mais especificamente as de Lisboa, Porto e Coimbra, desempenharam um papel preponderante na integração destes profissionais no mercado de trabalho (as escolas), através do reconhecimento da sua importância e da propagação dos referidos serviços. Neste contexto, os SPO desenvolviam a sua atividade fundamentalmente no âmbito da Orientação Vocacional e em simultâneo no âmbito do apoio psicopedagógico.

Neste contexto surge o direito à educação para todos, em que menciona que a educação deve ser efetivada pela escola, de modo a contribuir para a “igualdade de oportunidades, a superação das desigualdades económicas, sociais e culturais, o desenvolvimento da personalidade e do espírito de tolerância, de compreensão mútua, de

solidariedade e de responsabilidade, para o progresso social e para a participação democrática na vida coletiva”, fundamenta-se de forma mais precisa a importância da qualidade da prática educativa e da resposta das escolas aos discentes com necessidades de apoio. Assim, com base no artigo 26º da Lei de Bases do sistema educativo de 14 de outubro, definem-se os serviços de psicologia e orientação escolar e profissional como estruturas de “apoio ao desenvolvimento psicológico dos alunos e à sua orientação escolar e profissional”, bem como “de apoio psicopedagógico às atividades educativas e ao sistema de relações da comunidade escolar”.

No seguimento, numa escola que privilegia uma intervenção diversificada, específica e direcionada ao sucesso educativo dos seus alunos, assegurando, as estratégias e apoios indispensáveis, numa escola de sucesso, para “todos”. Surge o enquadramento legal dos SPO, o Dec. Lei nº 190/91, que efetivamente vem regular os Serviços de psicologia e Orientação, na qual fica definido as atribuições e as suas áreas de intervenção dos referidos serviços.

Perante toda a reestruturação no sistema educativo e a necessidade sentida pelas respetivas instituições Com esta conjuntura legal, legitima-se, consolida-se e reconhece-se a necessidade dos serviços de psicologia e orientação nas escolas, passando posteriormente por outra mudança, também ela de referência, a criação da carreira dos mesmos, regulamentada pelo Decreto-Lei nº 300/97 de 31 de outubro, legitimando assim a continuidade dos psicólogos no âmbito do Ministério da Educação, mais especificamente nas escolas.

Numa conjuntura de grandes transformações, mudanças e redefinições, também as atribuições dos respetivos profissionais se vão reestruturando e redefinindo, respeitando, porém, *uma intervenção no âmbito das três grandes áreas: o apoio ao desenvolvimento do sistema de relações interpessoais no interior da escola e entre esta e a comunidade; o acompanhamento do aluno, individualmente ou em grupo, ao longo do processo educativo e a Orientação Escolar e Profissional.*

Na sequência desta breve contextualização, passarei a apresentar numa primeira parte do trabalho, um resumo sobre as atividades realizadas ao longo do percurso profissional que se foi delineando com o decorrer dos tempos. Na segunda parte é apresentado um breve enquadramento teórico, no qual serão abordadas mais especificamente as teorias Desenvolvimentistas, Construtivistas e Contextualistas que servem de base à fundamentação e que justificam a intervenção no âmbito Vocacional. Seguidamente é feita uma breve apresentação dos modelos que sustentam a intervenção vocacional, o modelo arco-íris da carreira, o modelo segmental do desenvolvimento de carreira, o modelo da personalidade e da motivação e o modelo de Holland, que servem de racional para elaboração de um instrumento a aplicar no âmbito da orientação escolar e profissional, o programa “Caminhos...”

Posteriormente, na terceira parte é apresentada uma das atividades que sempre fez sentido numa intervenção em contexto escolar, a orientação vocacional, na qual se fundamenta e apresenta um programa de Orientação



Escolar e Profissional a dinamizar com alunos do 9º ano, bem como toda a dinâmica que a respetiva atividade implica, objetivos, metodologias e resultados do trabalho desenvolvido. Por último, é elaborada uma pequena reflexão crítica, na qual se aborda resumidamente as principais implicações e conclusões da prática desenvolvida.

## **I – Percurso profissional**

### **1. Percurso nos SPO**

O percurso profissional evidenciado no presente relatório teve início no ano de 1990, depois de terminada a formação de base, a licenciatura em psicologia, com estágio em Orientação Escolar e Profissional. Em setembro do referido ano (1990), comecei por integrar os Serviços de Psicologia e Orientação na Escola C+S de Sertão. Posteriormente, no ano letivo seguinte, passou a exercer funções na Escola Secundária de Figueiró dos Vinhos, na qual me mantive até agosto de 1999. Em setembro desse mesmo ano, através de concurso interno iniciou funções na Escola E.B 2,3 Marquês de Pombal, na qual me mantenho até ao presente momento. Simultaneamente desempenhou, durante onze anos (de 1 de setembro de 1991 a 31 de agosto de 2002,) funções idênticas, em regime de acumulação, noutra instituição escolar, mais especificamente, no Colégio João de Barros.

Desde que terminei a licenciatura, demonstrei, desde sempre, grande preocupação com a atualização dos conhecimentos intrínsecos à minha área profissional, recorrendo frequentemente à formação. Revelei sempre uma procura ativa de formação em diversas áreas, com vista à melhor fundamentação e conseqüente a uma melhoria contínua no desempenho das minhas funções. Ao longo de 23 anos da sua carreira profissional, investi constantemente na atualização e aprofundamento de conhecimentos técnico-científicos, na área da educação e noutras, nas quais fui sentindo necessidade.

Entre muitas, enumeram-se as mais significativas: Pós Graduações em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental e Psicologia Clínica, Estágio extracurricular de Psicologia do Desenvolvimento, supervisão de casos clínicos na perspetiva sistémica, oficinas de formação, ações de formação, cursos de curta duração, palestras e congressos.

### **2. Trabalho desenvolvido no âmbito dos SPO**

Depois de um breve enquadramento sobre a conjuntura legal dos Serviços de Psicologia e Orientação, fará todo o sentido elencar de forma personalizada, algumas das atividades promovidas por mim, enquanto psicóloga dos Serviços de Psicologia desde o ano de letivo de 1990/1991. Entre muitos desafios passarei a descrever, aqueles que por um motivo ou outro me pareceram mais representativos, ou simplesmente permanecem mais presentes no meu percurso profissional. Esta descrição está apresentada

em função dos três grandes eixos de intervenção: *o apoio ao desenvolvimento do sistema de relações interpessoais no interior da escola e entre esta e a comunidade; o acompanhamento do aluno, individualmente ou em grupo, ao longo do processo educativo e a Orientação Escolar e Profissional.*

### **2.1. Apoio ao desenvolvimento do sistema de relações interpessoais no interior da escola e entre esta e a comunidade**

Neste âmbito foram desenvolvidas ações, de forma concertada com a direção, o conselho pedagógico e com todos os intervenientes que de uma forma ou de outra colaboram no planeamento de medidas, com vista à melhoria da organização e consequentemente do sistema educativo, nomeadamente a participação nas reuniões das diferentes estruturas, a implementação e colaboração direta no processo de candidatura dos cursos de educação e formação propostos na instituição, a implementação e realização do processo de candidatura das turmas de percurso curricular alternativo existentes na instituição e a colaboração na elaboração do projeto referente aos cursos vocacionais.

Tem vindo ainda, a ser desenvolvida a colaboração em projetos integrantes da escola, através da dinamização de sessões temáticas com os alunos, elaboração de materiais e dinamização de programas de intervenção (“Gabinete de Saúde”, “Dia da Saúde”, “Semana dos Afetos”...), bem como a dinamização de sessões temáticas/ações de formação para os diversos intervenientes da comunidade educativa (professores, assistentes operacionais, alunos e encarregados de educação).

Para além do trabalho de intervenção na escola, foram desenvolvidas atividades de orientação de estágio, quer profissional ao abrigo do Programa de Estágios Profissionais na Administração Central – PEPAC, quer curricular, no âmbito da realização da licenciatura em psicologia.

### **2.2. Apoio psicopedagógico a alunos e professores**

Neste ponto foi desenvolvida uma estreita colaboração com os docentes na análise de situações específicas em sala de aula, a fim de aferir estratégias de intervenção, a citar:

- Debate com os professores sobre problemáticas específicas de alunos e colaboração com os mesmos na definição de estratégias adequadas;
- Participação nas reuniões de conselhos de turma;
- Colaboração no processo de candidatura dos cursos de educação formação;
- Realização do processo de candidatura das turmas de percurso curricular alternativo;
- Participação nas reuniões realizadas no âmbito dos cursos de educação e formação e colaboração na definição de estratégias adequadas à situação específica de cada aluno;
- Reuniões com os alunos do CEF (Curso de Educação e Formação) e o respetivo coordenador, a fim de trabalhar a dinâmica interna da turma,

nomeadamente, a indisciplina, o absentismo, a estrutura e o funcionamento do curso;

- Avaliação e apoio psicológico aos alunos (individualmente ou em grupo);

- Elaboração e dinamização de programas com vista à promoção de competências em diversas áreas;

- Preparação e implementação de um projeto funcional para alunos com necessidades educativas especiais de carácter permanente, “O Currículo da Diferença, a Diferença no Currículo” (constituição dos grupos, definição das opções educativas e respetivo plano curricular, identificação das necessidades em relação aos docentes, dinamização de reuniões com vista à clarificação de objetivos e à definição de estratégias pedagógicas);

- Colaboração com o grupo de educação especial na deteção de alunos com necessidades educativas especiais, através da análise e avaliação das referências dos alunos, no âmbito do dec. Lei nº3/2008, por referência à CIF (Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde);

- Participação em todas as reuniões da comissão de acompanhamento da (in)disciplina, na análise das situações e na definição de estratégias de atuação;

- Dinamização de um dia de atividades lúdicas (jogos temáticos), no âmbito de um projeto interno da área escola, que envolveu toda a população escolar da instituição (docentes e alunos), “João de Barros em movimento”;

- Avaliação psico-pedagógica dos alunos que se encontram em situação de avaliação extraordinária, ao abrigo do Despacho Normativo 50/2005, de forma a contribuir para a reflexão sobre as vantagens/desvantagens de uma nova retenção;

- Co-autoria de um Programa estruturado de promoção, a desenvolver com os alunos, no âmbito do estudo acompanhado. Este foi apresentado, aos coordenadores de diretores de turma e presidentes dos órgãos de gestão das escolas pertencentes ao Distrito de Leiria, numa Sessão Pública de Apresentação dos Dossiers Temáticos, promovida pelo CAE de Leiria, no ano letivo 2000/2001.

### **2.3. Orientação escolar e profissional**

Neste ponto importa referir as atividades de referencia que têm vindo a ser desenvolvidas no decorrer da minha atividade profissional

- Implementação de programas estruturados de Orientação Escolar e Profissional com o 9º ano, através da dinamização de sessões de grupo e de entrevistas individuais com alunos, pais e encarregados de educação, no sentido de apoiar os respetivos intervenientes, no processo de carreira e de tomada de decisão;

- Implementação de programas estruturados de Orientação Escolar e Profissional com alunos do 12º ano, através da dinamização de sessões de grupo e/ou individuais, adequando-se à especificidade da situação;

- Dinamização de atividades de Orientação Escolar e Profissional, no

âmbito do atendimento individual, sempre a especificidade da situação se justifique;

- Dinamização de sessões de informação escolar e profissional, aos alunos e aos encarregados de educação;

- Dinamização de visitas a instituições e/ou feiras/certames no âmbito da Informação Escolar e Profissional, a fim de proporcionar o contacto direto e a partilha de informação com outras instituições e facilitar a construção do itinerário escolar e/ou profissional dos alunos do 9º ano;

- Dinamização de sessões de informação sobre profissões aos alunos, com a presença de profissionais – Fórum Profissões.

- Dinamização de semanas de Informação Escolar e Profissional, com a envolvimento de diversas instituições de formação e de instituições locais de apoio aquando a entrada dos jovens no mercado de trabalho;

- “Visita a um profissional”, atividade promovida pelos SPO, no âmbito da orientação escolar e profissional, através da qual os alunos visitam os profissionais no seu local de trabalho;

- Organização e preparação do processo de matrícula, dos alunos do 9ºano, para o ensino secundário, através da clarificação de todo o processo, incluindo a clarificação referente ao preenchimento dos respetivos documentos e a apresentação da oferta formativa da zona, aos diretores de turma e secretários, uma vez que serão eles a realizar as matrículas dos alunos da sua direção de turma;

- Co-autora no Projeto “Feiras Itinerantes de Informação Escolar e Profissional”, financiado no âmbito da Acção 3.4 – Orientação Escolar e Profissional, do PRODEP. Este projeto consistiu num conjunto de atividades enquadradas num programa flexível, que se reajustava em função da especificidade das cinco instituições (escolas) envolvidas (Escola Secundária de Figueiró dos Vinhos, Escola Secundária de Pombal, Escola Secundária Domingues Sequeira, Escola Calazans Duarte e Escola Secundária de Porto de Mós), todas elas pertencentes ao distrito de Leiria.

- Co-autora de um Programa de Orientação Vocacional para o Ensino Secundário, no âmbito das reuniões de acompanhamento técnico-científico promovido pela DREC/CAE de Leiria no ano letivo de 1998/1999;

- Participação na dinamização de salões de Orientação Escolar e Profissional na área do CAE de Leiria, através da preparação e organização das atividades, da realização de materiais e da participação nas referidas feiras.

## **II – Fundamentação teórica**

### **1. A orientação vocacional**

A Orientação Escolar e Profissional surge no início do século XX, a fim de dar resposta a problemas de natureza social, económica e educativa, com vista à ajuda a grupos de indivíduos mais desfavorecidos, a melhorar a

produtividade e a promover o sucesso escolar. Os modelos preconizados eram centrados na correspondência entre as características individuais e exigências de desempenho de tarefas escolares e profissionais (Parsons, 1909).

O paradigma tradicional da Orientação, que dominou durante a primeira metade do século XX, utilizou práticas, fundamentalmente de natureza pontual e diretiva, acontecendo, quase sempre no final da escolaridade, com vista à escolha de uma formação ou mesmo de uma profissão. Nesta conceção privilegia-se o trabalho, utilizando uma intervenção mais específica, frequentemente realizada através de serviços externos ao sistema educativo.

Por volta de meados do século XX emerge o paradigma desenvolvimentista (Super, 1957), bem como as abordagens centradas no indivíduo (Rogers, 1951), que caracterizavam o desenvolvimento pessoal como um processo contínuo.

Posteriormente surgiu uma nova fase na Orientação Escolar e Profissional (Super, 1976, 1980, 1990; Super & Sverko, 1995), na qual se perspetiva uma conceção de carreira como a sequência e a interação de papéis exercidos ao longo da vida. Nesta perspetiva é valorizado o processo de desenvolvimento pessoal e a capacidade de resposta do sujeito às exigências das barreiras existentes nas diferentes fases do seu percurso.

A conceção desenvolvimentista promoveu o aparecimento de novos modelos de intervenção, cuja ênfase pressupunha a continuidade dos processos, a sua dimensão educativa e a valorização pessoal dos destinatários. O indivíduo é visto como um todo, implicando o desenvolvimento vocacional no quadro mais amplo do desenvolvimento pessoal (Campos, 1991); e a análise contextualizada desse desenvolvimento, numa perspetiva de interação com os meios de vida (Vondracek, 1990).

Neste contexto teórico prevalece o processo desenvolvimentista, no qual se acentua o caráter psicológico e psicossocial da intervenção neste domínio e onde se valoriza a dimensão relacional dessa intervenção (Abreu, 1996).

Nos finais do século XX, emergem modelos baseados nas abordagens contextualistas e interacionistas que ainda hoje se revelam de extrema importância na Psicologia vocacional (Brown & Associates, 2002; Guichard & Huteau, 2001; Leong & Barak, 2001).

Num contexto eclético, de convergência teórica, surge a tónica no auto-desenvolvimento contextualizado, perspetivando o processo de desenvolvimento vocacional como um conjunto complexo de caminhos, que o sujeito vai equacionando e onde é fundamental a adaptabilidade e a antecipação estratégica de forma a responder a alterações rápidas e dificilmente previsíveis.

Neste contexto é pressuposto uma abordagem aberta, construtiva e plástica de carreira dinamizada através de projetos que o próprio vai construindo (Young, Valach, & Collins, 1996). O enfoque teórico recai para uma vertente dinâmica, na qual as variáveis psicológicas referentes à

organização intrapessoal e as variáveis psicossociais referentes à extensão pessoal do contexto, nomeadamente, a interação e a autoregulação, acrescidas as preocupações sobre o próprio desenvolvimento, que tende a definir-se como uma adaptação transacional ao meio, através de processos de otimização seletiva e compensação, internos e externos, mais ou menos conscientes, ativos ou passivos (Savickas, 2001).

Na conjuntura atual, as atividades desenvolvidas no âmbito da orientação têm vindo a ser cada vez mais diversificadas, tornando-se imperativo responder às necessidades típicas de diferentes grupos etários e escolares, durante o percurso educativo dos estudantes, de forma a responder aos desafios do desenvolvimento vocacional ao longo do percurso de vida, apelando a diferentes esquemas formativos com diferentes configurações e duração (Pinto, 2004).

Resumidamente destacam-se os pressupostos presentes nos modelos de intervenção vocacional, nomeadamente, deixamos uma intervenção relativa à escolha pontual de um percurso formativo/profissão para passarmos a um apoio contínuo e progressivo ao longo do processo de desenvolvimento; a intervenção deixa de ser vista como forma de resolver problemas numa perspetiva remediativa pressupondo um processo educativo em que prepara o desenvolvimento do indivíduo ao longo da vida.

Sai de um processo diretivo em que o indivíduo é o protagonista de um processo construtivo, que pressupõe a auto-orientação, a autonomia e integração num quadro relacional contextualizado; do uniforme, cujas ações funcionam de forma alargada, orientadas em função de objetivos gerais, passando para o personalizado cuja preocupação é proporcionar respostas específicas em função da especificidade do indivíduo; de abordagens parcelares, o segmentado, passa para a valorização do indivíduo na sua globalidade, o holístico; do restritivo ao aberto, em que o âmbito da ação das intervenções vocacionais é alargado a toda a comunidade educativa, incluindo outros agentes nas atividades, valorizando a relação com o meio exterior à escola; da centralização nos conteúdos sequenciais do desenvolvimento vocacional à valorização dos respetivos processos e significados. (Pinto, 2004).

## **2. Perspetivas teóricas**

### **2.1. Perspetiva desenvolvimentista**

Contrariamente às primeiras perspetivas da história da psicologia vocacional iniciadas com Parsons (1909) e centradas nas diferenças individuais, mais precisamente baseadas no princípio da adequação entre os traços característicos de cada indivíduo e os requisitos específicos das diferentes profissões, surgem as abordagens desenvolvimentistas da decisão vocacional, sendo consideradas como um dos referenciais teóricos mais importantes no domínio da psicologia vocacional.

As teorias desenvolvimentistas identificam estádios e papéis, explicitam processos de maturação e compromisso, atribuindo particular relevo ao conceito de si próprio que crianças e jovens vão construindo ao longo do seu percurso de vida (Gottfredson, 1996; Super, 1980). Integram a decisão vocacional num processo de desenvolvimento e não num acontecimento estanque e isolado.

O modelo que alcançou maior destaque foi o proposto por Super (1942, 1957), no qual, o desenvolvimento vocacional faz parte do desenvolvimento individual e ocorre ao longo da vida, da infância à maturidade, através de uma série de estádios consecutivos e contínuos, com características próprias e tarefas específicas.

O processo de desenvolvimento é entendido como uma tentativa de articulação entre o self psicológico e o self social, no esforço de implementação da identidade social (Araújo, 2009), bem como, segundo Super (1990) e Holland (1973, 1985, 1992) é pressuposto que a satisfação com a escolha profissional resulta do grau em que a mesma corresponde ao autoconceito do indivíduo.

No sentido da melhor compreensão desta perspetiva, passaremos a analisar mais atentamente uma das teorias desenvolvimentais mais influentes, a de Gottfredson (1981, 1996) sobre as aspirações ocupacionais.

No processo de construção de mapas cognitivos sobre o mundo profissional e do seu autoconceito, o sujeito assume um papel ativo e dinâmico de forma a compatibilizar as diversas profissões com a imagem que possui de si mesmo, atendendo simultaneamente à acessibilidade das mesmas (Gottfredson, 2002). Desta interação entre compatibilidade e acessibilidade, resulta a aspiração vocacional consciente e realista.

Num processo de escolha vocacional vão-se eliminando as alternativas vocacionais menos ajustadas, mais especificamente as que entram em conflito com o autoconceito do sujeito e que permanecem inacessíveis devido a barreiras externas (Gottfredson, 2002).

O processo subjacente à escolha vocacional ocorre em quatro estádios, relacionados com o desenvolvimento cognitivo: o primeiro resulta da capacidade de abstração do ser humano, mais especificamente, à medida que os sujeitos vão maturando, progredem gradualmente na sua capacidade de aprender e organizar a informação sobre eles próprios e do meio, passando de um ponto de vista intuitivo, para um nível mais concreto e posteriormente mais abstrato, essencial à escolha Vocacional, tais como a compreensão de valores associados ao trabalho (Gottfredson, 2002).

Esta perspetiva desenvolvimental pressupõe a sequencialização ou adição progressiva e sucessiva de novos critérios como o género, nível e domínio do trabalho que vão emergindo numa sequencia e complexidade crescente, passando para níveis de desenvolvimento posteriores.

Neste contexto é possível compreender a evolução desenvolvimental da escolha vocacional, num estreitamento do espaço social e sua articulação com a definição do self público, resultante da integração do self na sociedade e vice-versa.

O primeiro estágio, entre os três e os cinco anos, o qual enquadra a orientação para o tamanho e o poder, acontecendo uma evolução clara nas crianças do pensamento mágico para o intuitivo, justificando-se a preferência das mesmas pela imitação do adulto, mais especificamente a predileção pelas atividades desenvolvidas pelo seu progenitor (Gottfredson, 2002).

No segundo estágio, entre os seis e os oito anos, a criança é capaz de efetuar distinções concretas baseadas em pistas visíveis dos papéis sexuais e da noção abstrata da distinção de géneros (feminino e masculino), mais precisamente, o da orientação para os papéis sexuais e o da noção abstrata. Tendem a privilegiar os papéis associados ao seu género sexual, principalmente no campo das profissões (Gottfredson, 2002), começando simultaneamente a distinguir as profissões pelo seu prestígio social, com base numa perspetiva dicotómica (rico/pobre).

No período dos nove aos treze anos, emerge a orientação para a valorização social, uma vez que o sujeito possui já uma visão mais consciente das valorizações sociais existentes sobre o ser humano, nomeadamente a visão entre os pares sobre a escolha da profissão, recaindo em preferências relacionadas com o estatuto social e financeiro desejado (Gottfredson, 2002).

Ao longo do seu desenvolvimento, o indivíduo vai assumindo um papel cada vez mais relevante no processo de escolha, no qual entra com a sua própria análise referente aos estádios anteriores em função da sua realização pessoal, perspetivando uma visão alargada a um projeto de vida global e não só profissional, o quarto estágio.

O indivíduo começa a integrar as suas esperanças relativas a determinada opção com as perceções que tem da realidade, surge o compromisso antecipatório, podendo deparar-se com barreiras quando implementam as suas escolhas preferidas (Gottfredson, 2002).

Uma maior preferência da profissão implicará numa maior atenção, por parte do indivíduo, à informação disponível sobre a mesma.

Resumidamente a perspetiva de Gottfredson (2002) enfatiza a forma como o sujeito se percebe (autoconceito) a si próprio e ao mundo social e a influência dessas perceções na definição do espaço social. Procura o ajustamento entre os aspetos pessoais e o mundo do trabalho, tendo em conta os fatores de género, prestígio social e domínio do trabalho.

Neste contexto faz todo o sentido que o psicólogo promova no indivíduo a tomada de consciência das oportunidades disponíveis no seu contexto, o conhecimento das suas fragilidades, pontos fortes, competências e interesses e a sua autoconstrução através da experientiação das situações de relação vivencias no seu dia-a-dia.

Gottfredson (1981) apela claramente para a influência das oportunidades e barreiras contextuais e internas na tomada de decisão vocacional. Os indivíduos quando confrontados com as suas limitações perigam os seus objetivos vocacionais (Creed et al., 2004). Todavia esta perceção de barreiras/obstáculos não terá que ser necessariamente negativa,



podendo funcionar como agente de motivação/desafio.

## 2.2. Perspetiva construtivista

Inspirado no modelo de Super (1990) e baseado em diversas conjecturas surge a perspetiva construtivista protagonizada por Savickas (1993).

No contextualismo desenvolvimental, Savickas (2002) pressupõe que os indivíduos ao assumirem diversos papéis (construto espaço de vida), nos diferentes contextos de vida (familiares, profissionais, escolares...) criam e condicionam os seus percursos de vida (construto de tempo de vida).

Assim, alguns fatores, tais como: o estatuto socioeconómico dos pais, o nível educativo, capacidades, traços de personalidade, autoconceito e adaptabilidade de carreira, em transação com as oportunidades fornecidas pela sociedade interferem significativamente no percurso de carreira de cada um (Savickas, 2002).

Segundo Savickas (2002), os profissionais do aconselhamento de carreira devem atender à plasticidade do desenvolvimento, pelo que deverão acreditar no potencial de mudança do indivíduo e do contexto, bem como na autocapacidade de autoconstrução do desenvolvimento.

Ainda no seguimento da linha de pensamento de Super (1963), outro pressuposto central é o construto de autoconceito vocacional. Segundo Savickas, as pessoas possuem características vocacionais individuais que as qualificam ou não com os requisitos essenciais ao bom desempenho de determinada profissão. Se os indivíduos encontram no seu papel características vocacionais que o identifiquem, nomeadamente a identificação com o autoconceito vocacional, então terão sucesso e satisfação profissional (Savickas, 2002).

Nesta abordagem, é fundamental, num processo de construção de carreira desenvolver e implementar autoconceitos vocacionais no desempenho dos papéis laborais, o que implica uma articulação entre aspetos individuais e sociais. Estes autoconceitos vocacionais tornam-se cada vez mais estáveis depois da adolescência podendo, no entanto, alterar com o tempo, dependendo das experiências e situações de vida e de trabalho das pessoas (Savickas, 2002).

Para compreender este processo, existem dois autoconceitos, o eu de carreira (capacidade de autorreflexão sobre a carreira) e o eu vocacional (estímulos externos do meio), em que o primeiro promove a atribuição de significados, por parte do indivíduo, que lhe permite analisar e orientar o seu comportamento de forma a realizar escolhas ajustadas e coerentes.

Assim, a carreira enquanto construção subjetiva de memórias, experiências atuais e aspirações futuras, permite promover a consciencialização do percurso vocacional ao longo do tempo, potenciar o autocontrolo, intencionalizar e orientar o comportamento vocacional e avaliar os resultados deste ajustamento adaptativo (Savickas, 2004).

Outro aspeto fundamental desta abordagem a ter em conta é que num

processo de mudança vocacional são de extrema importância as tarefas de desenvolvimento. Neste processo podemos falar de cinco estádios progressivos de carreira que resultam de períodos de crescimento, exploração, estabelecimento, manutenção e desinvestimento. A transição entre os respetivos estádios é realizada através de um processo de adaptação contínuo, afastando-se da abordagem protagonizada pelo Super (1990), que considera as tarefas desenvolvimentais previsíveis numa sequência linear.

O primeiro estádio, período de crescimento (dos 4 aos 12 anos), caracteriza-se com quatro tarefas desenvolvimentais, a preocupação com o futuro, um maior controlo sobre a sua vida, acreditar na realização pessoal na escola e no trabalho e a obtenção de hábitos de trabalho competentes, implicando no desenvolvimento da autonomia e autoestima e aprender a cooperar e competir de forma equilibrada, com vista ao desenvolvimento da perspetiva temporal de futuro (Savickas, 2002).

O Segundo estádio, período de exploração (dos 12 aos 24 anos), no qual se enquadra a cristalização dos autoconceitos possíveis numa identidade profissional, que implica na preferência por determinadas profissões, todas elas exploradas, a fim de apontar uma escolha coerente com o seu autoconceito.

Terceiro estádio, período do estabelecimento (dos 25 aos 44 anos) é inerente a estabilização no local de trabalho, o que resulta da integração da cultura organizacional, promovendo o bom desempenho e conseqüentemente o crescimento profissional. No final deste estádio poderão equacionar-se alterações ou mudanças na carreira, podendo levar a nova exploração.

Seguidamente poder-se-á optar pela estabilização, em que o indivíduo continuará o que realiza, atualizando competências e conhecimentos de forma a superar os desafios que lhe vão surgindo, com vista à inovação e descoberta de novos caminhos.

Por último, depois dos 65 anos, entra-se no estádio do desinvestimento, no qual existem algumas tarefas desenvolvimentais: diminuição da energia e interesse, planeamento da reforma e de nova estrutura de vida e sentir a reforma como um novo sistema de vida.

Neste processo do desenvolvimento de carreira, os fatores sociais desempenham um papel preponderante, influenciando a maturidade vocacional do indivíduo.

Nesta perspetiva, a adaptabilidade está diretamente relacionada com a capacidade de mudança contínua de forma a responder a novos desafios que se vão colocando na vida profissional. Neste contexto os profissionais de aconselhamento poderão ajudar os sujeitos a antecipar escolhas e transições, a explorar as diferentes possibilidades e selecionar percursos.

Numa orientação para o futuro e respetivas atitudes de planeamento, sustentam a escolha de carreira, com vista à adaptabilidade e conseqüente sucesso e satisfação com a vida profissional.

A adaptabilidade de carreira pretende dar continuidade ao constructo de maturidade de carreira remetendo, com base na perspetiva desenvolvimental, para o progresso do indivíduo nas atividades de desenvolvimento de carreira (Crites, 1976). Esta maturidade facilita a

preparação do indivíduo para tomar decisões informadas e ajustadas à respetiva idade, bem como lidar com as atividades desenvolvimentais de carreira (Savickas, 1984).

Resumidamente, Savickas (2002) constata a relevância do autoconceito e da sociedade na definição do percurso de vida e dos papéis nela desempenhados e que enquadram, em estádios, o processo de construção de carreira com vista à crescente maturidade e adaptabilidade, na qual o equilíbrio entre o sujeito e os requisitos profissionais promove a satisfação e o sucesso enquadrados numa perspetiva temporal de futuro.

Face ao exposto, a intervenção no âmbito do processo de carreira deve corresponder à explicitação das tarefas do desenvolvimento vocacional, à implementação de exercícios para promover o funcionamento adaptativo, ao desenvolvimento de atividades que clarifiquem e legitimem os autoconceitos vocacionais facilitando a maturação das capacidades, interesses e recursos de coping (Savickas, 2002).

Neste âmbito, o indivíduo, com o apoio, vai atribuindo significados pessoais, reconstruindo-os, negociando-os, baseando-se com dimensão relacional da consulta, promovendo uma aliança cooperativa psicólogo-cliente.

Savickas (2002) propõe uma aplicação prática do seu modelo que passa por uma avaliação do espaço de vida (papéis e estrutura de vida), da adaptabilidade de carreira (recursos para lidar com as tarefas desenvolvimentais), do autoconceito vocacional e temas de carreira (escolhas ocupacionais como implementação do seu autoconceito) e finalmente, da identidade vocacional (valores do trabalho, interesses ocupacionais e capacidades vocacionais). Estes dados recolhidos devem ser integrados numa narrativa de carreira devidamente interpretada, a fim de se proceder à elaboração de um plano de ação/aconselhamento que facilite o seu desenvolvimento (Savickas, 2002; Fernandes, 2012).

A perspetiva construtivista visa a necessidade de o sujeito integrar uma imagem de si e dos seus papéis de vida, convertendo o conceito em realidade.

As abordagens desenvolvimentais procuram articular de forma efetiva, as noções de *life-span* (estádios de desenvolvimento) e *life-space* (cenários e papéis sociais), utilizando a perspetiva subjetiva dos indivíduos a respeito das suas carreiras (autoconceito), prevalecendo no contexto construtivista a conceção articulada. O aconselhamento no desenvolvimento de carreira é concebido como contexto interpretativo e aliado do aconselhamento pessoal.

### **2.3. Perspetiva contextualista**

Esta abordagem procura enquadrar ecleticamente alguns dos contributos inerentes às teorias abordadas anteriormente. A perspetiva contextualista de Young et al. (1996) compreende aspetos assumidos nas abordagens desenvolvimentais envolvendo igualmente ideias partilhadas pelo construtivismo e contextualismo abordadas respetivamente por

Savickas (2002) e por (Young, Valach, & Collins, 2002), na qual o indivíduo constroi ativamente os seus significados experienciais, definindo a sua realidade e o seu “eu”, numa narrativa pessoal e social progressiva (Young et al., 2002).

A perspetiva contextualista assume dois construtos teóricos, por um lado, o contexto é compreendido como um todo complexo que é composto por diversos elementos que se relacionam entre si e por outro lado, interpreta o mundo através da complexa dinâmica de relação entre os contextos.

No âmbito da psicologia vocacional, diversas teorias, assumem a importância do contexto e sua compreensão ao nível do desenvolvimento de carreira.

As abordagens contextualistas procuram estudar a multiplicidade e complexidade de variáveis (género, mercado de trabalho, contexto familiar, entre outras), a interação sistémica e dinâmica entre as pessoas e os contextos culturais específicos, bem como os significados dos acontecimentos e fenómenos, com relevância da interpretação na construção narrativa de significados sobre a carreira, (Fernandes, 2012).

Assim, para a compreensão do desenvolvimento de carreira é pressuposto a valorização dos objetivos das ações e não das causas, a compreensão das ações enquadradas no contexto, a relevância que a mudança tem na carreira, a compreensão da análise e interpretação do processo de desenvolvimento, numa perspetiva prática e funcional e finalmente, é importante salientar que os profissionais de aconselhamento devem intervir a partir do exterior do sujeito.

Porém, apesar das diversas abordagens reconhecerem a importância do contexto, remetem claramente para os contextos específicos característicos dos indivíduos e não para um contexto ambiental geral de globalização, que sem dúvida interfere significativamente no desenvolvimento de carreira.

No seguimento desta análise, foram surgindo vários autores que, sem dúvida, assumiram uma perspetiva contextualista, perspetivando o desenvolvimento de carreira numa perspetiva sistémica, na qual o indivíduo e o ambiente constituem variáveis independentes que se inter-relacionam mutuamente e deverão ser compreendidas num processo de construção e reconstrução de significados, numa lógica de relação recíproca e não de causa-efeito.

Segundo Young et al. (2002) a explicação da carreira, assenta em três pressupostos: oncológico (o que é a carreira), epistemológico (como conhecemos a carreira) e prático (como intervir). Nesta perspetiva a ação assume-se como núcleo central, que tem que ser compreendida cognitiva e socialmente e organizada como um sistema de dimensões hierárquicas.

A fim de melhor compreender as ações, devemos estar atentos ao comportamento manifesto passível de observação por parte dos outros, atender aos processos internos, cognições e emoções experienciadas pelo sujeito e significado social, mais precisamente a representação dos objetivos das ações no contexto em que ocorrem (Young et al., 2002).

A perspetiva contextualista direciona a sua análise na interação dinâmica entre a pessoa e os seus contextos, na qual o indivíduo vai

definindo ações com vista a realização dos seus objetivos e projetos de carreira, em estreita relação com o contexto/ambiente, no qual o sujeito assume um papel ativo no auto- construção de significados.

O aconselhamento de carreira ao ser compreendido como um projeto com metas e objetivos, pressupõe, segundo Young, uma intervenção direcionada para a prática, que valorize as experiências diárias dos sujeitos e os significados pessoais, por eles atribuídos, numa narrativa co-construída.

Este tipo de intervenção pressupõe a utilização da linguagem e dos constructos do dia a dia, reduzindo a distância entre teoria, investigação e prática.

A consulta de aconselhamento privilegia uma intervenção ao nível do processo e não tanto no produto/resultado. Na qual, pretende promover através da relação de ajuda, de partilha de responsabilidade e iniciativa psicólogo-sujeito, a construção, realização e desenvolvimento da pessoa, valorizando-se as dimensões psicológicas (história pessoal de decisões) subjacentes ao desenvolvimento da carreira (Faria, 2008).

### **3. Modelos que sustentam a intervenção vocacional**

A elaboração do programa teve subjacentes, diversos quadros teóricos, nem sempre estanques e devidamente assumidos. No entanto procura-se uma estrutura conceptual que responda, por um lado, ao pressuposto da continuidade, chavão interiorizado na conceção de psicologia vocacional no sistema educativo. Por outro lado que proporcione a adoção de metodologias que garantam a qualidade do respetivo instrumento, nomeadamente a fundamentação e coerência, a estruturação das atividades e a avaliação dos procedimentos.

Diferentes teorias cederam os seus contributos na intervenção vocacional em contexto escolar, dirigida a crianças e jovens, entre outras:

- as teorias de inspiração psicodinâmica (Bordin, 1990; Roe & Lunneborg, 1990), que enfatizam as experiências precoces, os processos motivacionais e os processos de influência (familiar, grupal, ...);
- teorias da correspondência, que valorizam os processos de ajustamento vocacional, na qual se explica a reprodução social das escolhas vocacionais (Holland, 1997; Dawis, 1996);
- teorias desenvolvimentistas que identificam estádios e papéis que os indivíduos assumem, explicam processos de maturação e de compromisso, atribuindo especial importância ao conceito que as crianças e jovens vão construindo de si próprios, ao longo da sua trajetória de vida (Gottfredson, 1996; Super, 1980);
- teorias da aprendizagem social, as quais reconhecem a importância dos fatores pessoais e contextuais que interferem nas experiências de aprendizagem (Mitchell & Krumboltz, 1996);
- teoria sócio-cognitiva (Lent & Hackett, 1994), centrada nos interesses, objetivos, expectativas de resultados e de auto-eficácia, clarificando também algumas das variáveis a ter em conta na compreensão dos comportamentos vocacionais em contexto educativo;
- as abordagens de tipo contextualista têm também dado contributos

significativos para a intervenção neste domínio.

De todas as referências e respetivas contribuições, destaca-se uma em especial, a desenvolvimentista, apresentada por Donal Super e que tem dado contributos claros no domínio do desenvolvimento vocacional. De facto, os conceitos que têm subjacentes e a sua operacionalização, as medidas evidenciadas pelos instrumentos de avaliação levaram à sua escolha como referencial de base neste tipo de instrumento de intervenção.

Na construção do racional teórico do programa foram explorados e analisados alguns pressupostos inerentes às abordagens da psicologia diferencial, desenvolvimentista, da personalidade e da aprendizagem social e sociologia das profissões. Destacamos aqui algumas hipóteses, o modelo do arco-íris (Super, 1980), o do arco normando da carreira (Super, 1990) e o modelo de Holland que serviram de base para trabalhar o tema.

Segundo a perspetiva diferencialista dever-se-á valorizar, no desenvolvimento vocacional, as características individuais (Interesses, aptidões, valores, traços de personalidade e auto-conceito) e a relação dinâmica das mesmas com os padrões das atividades educativas/formativas e profissionais.

Na perspetiva desenvolvimentista, as proposições relevantes incidem na evolução das características do indivíduo ao longo do tempo, identificando estádios de transições vocacionais e incluem o conceito de maturidade vocacional que lhes permitem assumir as tarefas de desenvolvimento relativas a cada estádio, focalizando o processo de desenvolvimento no processo de auto-construção.

Na perspetiva de aprendizagem social valorizam a articulação constante das variáveis situacionais e as variáveis pessoais, enquadrando as experiências vivenciadas pelos sujeitos nos diversos contextos, contribuindo para o desenvolvimento vocacional, através da implementação de estratégias facilitadoras da maturação de aptidões, interesses e do conceito de si.

Da análise e estudo sobre as diversas abordagens, identificaram-se um conjunto de pressupostos a ter em conta na elaboração do programa, com vista ao desenvolvimento vocacional dos sujeitos: a educabilidade vocacional; consideração dos processos de aprendizagem e desenvolvimento, contextualização e interação; a valorização da interação entre as características individuais e as experiências pessoais com as variáveis situacionais e a construção e implementação do auto-conceito.

### **3.1. Modelo arco-íris da carreira**

O presente modelo formalizou a perspetiva life-span, life-space e foi considerado o núcleo conceptual da teoria vocacional. Organiza a dimensão longitudinal do desenvolvimento de carreira, através da representação gráfica do arco-íris (Super, 1990).

A parte exterior do arco-íris representa a sucessão de estádios: crescimento, exploração, estabelecimento, manutenção e declínio em que

cada um corresponde a diferentes fases da vida: infância, adolescência, juventude, idade adulta e velhice.

No estágio de crescimento o indivíduo começa a olhar para o mundo exterior, a identificar-se com modelos de papéis vivenciados por adultos, a consolidar hábitos de trabalho, a desenvolver interesses e aptidões, através da observação e do jogo. O estágio de exploração caracteriza-se essencialmente pelo estabelecimento de objetivos vocacionais, em função do conhecimento das características pessoais e do conhecimento de oportunidades de formação ou de trabalho (cristalização); pela configuração do projeto vocacional pessoal (especificação); e pela caracterização desse mesmo projeto no contexto formativo ou laboral (implementação).

Por outro lado, o espaço de vida está diretamente relacionado com a dimensão contextual do modelo e representa as diversas posições e papéis sociais desempenhados pelo sujeito ao longo do seu percurso de vida, nos diferentes contextos (família, escola, trabalho, etc...).

A maturidade vocacional especialmente referenciada no estágio de exploração é um elemento fundamental da teoria de Super sobre o desenvolvimento de carreira. Desenvolve-se através de, duas dimensões atitudinais, planeamento e exploração; duas dimensões predominantemente cognitivas, informação e decisão e por último a dimensão do realismo.

Cada uma das dimensões tem subjacentes determinados sentimentos e comportamentos, nomeadamente: o planeamento corresponde ao sentimento de autonomia do sujeito e conseqüentemente na procura de autoestima; a exploração tem subjacente a curiosidade e corresponde a uma atitude ativa e participativa na utilização de recursos pessoais e situacionais, a fim de promover o desenvolvimento; a informação trabalha-se a partir do conhecimento relativo aos papéis desempenhados aquando da escolha formativa, profissional e outros; a tomada de decisão desenvolve-se a partir do conhecimento dos princípios e das aplicações dos respetivos processos; o auto-conhecimento promove através do realismo na avaliação de si próprio e do meio a consistência das preferências, a cristalização do auto-conceito e as experiências de trabalho.

O modelo do Arco-Íris da Carreira constitui-se como uma configuração compreensiva e multidimensional, ao nível da temporalidade e da interação. Assume os diferentes estádios e tarefas e tem em consideração os diversos papéis de vida nos diferentes cenários em que são desempenhados, bem como a respetiva interação dos mesmos, justificando claramente uma intervenção longitudinal, que numa lógica de transversalidade deverá ser um processo de aconselhamento continuado.

### **3.2. Modelo segmental do desenvolvimento da carreira**

É um modelo sustentado em dois pilares e assentes em bases biográficas e geográficas. Um dos pilares agrupa as dimensões pessoais da personalidade, tais como: necessidades, valores, interesses, inteligência e aptidões, funcionando como mediador do desempenho, nomeadamente da tarefa de desenvolvimento vocacional nos diferentes estádios (Pinto, 2004).

O outro pilar agrupa dimensões situacionais relacionadas com os diversos contextos, determinantes das tarefas de desenvolvimento e na construção e implementação de auto-conceitos dos diferentes papéis (Pinto, 2004).

O conceito de si próprio é o aspeto fulcral deste modelo, sendo a aprendizagem o cimento da construção desse mesmo conceito. Pauta-se por um processo de interação dinâmica entre indivíduo e sociedade, simultaneamente experiencial e interativo.

Esta teoria é caracterizada como a teoria do construto pessoal, contribuindo para conceptualização do programa, através da valorização da avaliação psicológica e da auto avaliação e da importância dos autoconceitos nas tarefas vocacionais (Pinto, 2004).

### 3.3. Modelo da personalidade e da motivação

A abordagem de Super integra também, os modelos de personalidade e motivação. A personalidade é compreendida como uma estrutura global, conjugando necessidades (intensionalidades de interação entre a pessoa e o ambiente), valores (objetivos a atingir) e interesses (atividades com vista à satisfação de necessidades e atingir valores) (Super, 1995). A relação entre as dimensões é assumida como uma “*matriz motivacional*” do comportamento vocacional (Savickas, 1999, pp. 49-50).

As necessidades promovem o desenvolvimento, os valores orientam em que direção e os interesses atribuem expressão.

Este tipo de perspetivas preocupa-se em remeter as questões vocacionais para um contexto global do indivíduo (Osipow, 1983), valorizando significativamente a personalidade na teoria vocacional.

### 3.4. Modelo de Holland

A teoria de Holland (1959; 1997; Haase et al., 2008; Hood & Ferreira, 1993; Spokane, Luchetta, & Richwine, 2002) tem sido uma das teorias de grande referência no domínio da Psicologia Vocacional. Assim, faz todo o sentido uma breve análise sobre a mesma.

Holland (1959, 1985, 1997) assume a personalidade como o motor central na expressão da escolha vocacional, a importância da avaliação dos contextos de trabalho e dá também ênfase à interação pessoa-ambiente profissional. Porém, os interesses e as aptidões são vistos como fatores relativamente estáveis, que têm tendência a cristalizar entre os 18 e os 30 anos, salientando a importância das experiências de vida e dos aspetos biológicos no desenvolvimento das escolhas de carreira.

Os dois fatores anteriormente apresentados, experiências de vida e carga genética, justificam o gosto e as preferências por determinadas atividades que posteriormente se definem em interesses assumidos, a partir dos quais a pessoa desenvolve as competências com eles relacionadas, consoante usufrua ou não da recompensa interna, simultaneamente ocorre também a diferenciação ao nível dos valores. Segundo Holland, este processo de diferenciação de atividades, interesses, competências e valores é o



responsável pela construção da personalidade (Holland, 1959, 1985, 1997).

Holland, através da teoria da personalidade e dos ambientes profissionais, tenta responder a três questões essenciais: quais as características determinantes na escolha vocacional de um indivíduo, quais as características que levam os indivíduos a alterar ou a manter a sua opção de carreira e como se explica a satisfação ou insatisfação dos indivíduos com as suas escolhas.

No sentido de clarificar um dos construtos muito presentes no modelo dos tipos de pessoas e ocupações de Holland, que de seguida abordaremos, define-se “tipo” como o organizador teórico resultante da carga genética que caracteriza o indivíduo e que se vai desenvolvendo através da interação com o meio, permitindo compreender como é que os indivíduos se diferenciam ao nível da personalidade, dos interesses e dos comportamentos. Assim, é importante orientar as atividades que promovem interesses e competências, com vista à organização de um repertório que constitui a personalidade. Estes tipos são expressões de personalidade, diferenciando-se dos traços que são características específicas.

Holland (1999, 1985, 1997) utilizou três pressupostos fundamentais que estão na base da sua teoria:

- num primeiro pressuposto, o trabalho e os outros ambientes que envolvem os indivíduos podem ser caracterizados segundo uma tipologia de ambientes que os distingue em seis tipos: realista, investigador, artístico, social, empreendedor, convencional. Assim, para o autor, cada um dos ambientes pressupõe um determinado tipo de personalidade, ou seja, em cada um deles há um tipo de personalidade dominante que o vai definindo tendo em conta as características dos sujeitos que se incluem nos respetivos ambientes. Neste sentido passamos a apresentar a correspondência entre os diferentes tipos de ambiente e as características que melhor o definem: um ambiente realista implica a manipulação sistemática de objectos, ferramentas ou animais. Um ambiente investigativo ou investigador pressupõe a observação e investigação sistemáticas de fenómenos físicos e culturais. Por seu lado, um ambiente artístico exige o lidar com atividades livres e pouco sistemáticas. Um ambiente social necessita da ação sobre os outros a fim de os ajudar, informar ou educar. Um ambiente empreendedor requer uma ação sobre os outros com vista a atingir fins pessoais ou organizacionais. Por fim, um ambiente convencional requer a manipulação sistemática de dados, segundo planos precisos.

- no segundo pressuposto, afirma que as diferenças individuais entre as pessoas podem ser caracterizadas numa tipologia de pessoas que se subdivide em seis tipos de personalidade: “RIASEC” (*Realista, Investigador, Artístico, Social, Empreendedor e Convencional*). Cada tipo possui um conjunto de características (atitudes, competências, valores, traços, objetivos, crenças e interesses) que os define e que os distingue uns dos outros. O tipo *realista* revela preferência por atividades objetivas, práticas, físicas e ordenadas que implicam pensamento prático, força física, coordenação motora e manipulação sistemática de objetos, ferramentas e

máquinas, ou animais. Revela competências mecânicas e atléticas. Os traços que melhor o descrevem é ser prático, natural, franco, reservado, calmo.

O tipo *investigador ou investigativo* revela competências intelectuais, científicas, analíticas e inventivas. As suas preferências direcionam-se a actividades intelectuais e académicas, de compreensão de fenómenos físicos, biológicos e culturais – orientação para a investigação. Os traços que melhor o descrevem são ser curioso, crítico, racional, auto-determinado, analítico, preciso e estudioso.

O tipo *artístico* revela competências criativas e interesses por actividades não sistemáticas, ambíguas, musicais, artísticas, literárias ou dramáticas e livres, que requeiram a manipulação de materiais físicos, verbais, ou humanos para criar formas ou produtos artísticos. Os traços que melhor o caracterizam são ser sonhador, idealista, imaginativo, original, introspectivo, rebelde, inovador, sensível, complicado, intuitivo, aberto e não convencional.

O tipo *social* possui competências verbais, sociais e interpessoais. Prefere actividades sociais, cooperação, de saúde, de ensino, ajuda e de prestação de informação a outras pessoas - orientação para ajudar as pessoas. Os traços que melhor o caracterizam são ser amigável, simpático, prestável, compreensivo, generoso, confiante, paciente, extrovertido e entusiástico.

O tipo *empreendedor* prefere actividades que implicam persuasão, supervisão, poder, liderança ou manipulação de outras pessoas- orientação para a persuasão. Possui competências verbais, de liderança, de negociação, de decisão e de planeamento. Os traços que melhor o caracterizam é ser assertivo, persuasivo, persistente, ambicioso, aventureiro, popular, dominante, versátil, confiante e energético.

O tipo *convencional* revela competências matemáticas ou de secretariado e prefere actividades sistematizadas, relacionadas com o computador e a manipulação de dados – orientação para os dados. Os traços que melhor o caracterizam é ser organizado, preciso, metódico, meticuloso, conformista, conservador, prudente e consciencioso.

- Por último, Holland pressupõe que alguns ambientes são mais ajustados a determinados indivíduos versus alguns indivíduos são mais ajustados a alguns ambientes. Para Holland cada sujeito tende a procurar os ambientes que lhe permitam desenvolver as suas capacidades e exprimir as suas atitudes e os seus valores, com vista à satisfação e realização pessoal. O comportamento de um sujeito é determinado pela interacção entre a sua personalidade e o ambiente no qual se insere.

No seguimento deste pressuposto é ainda de salientar que um indivíduo pode apresentar características de diversos tipos de personalidade, no entanto a relevância de cada uma delas será certamente diferente, caracterizando assim o tipo de personalidade do indivíduo em função da sua dominância.

Neste contexto, Holland define quatro conceitos que o ajudam a compreender melhor as características dos indivíduos e do ambiente: *consistência, diferenciação, identidade e congruência*.

A *consistência* diz respeito à coerência entre os traços que

caracterizam o estilo de personalidade do sujeito ou do meio. Analisa a força das relações entre os diferentes tipos de personalidade que predominam num indivíduo, ou entre os diferentes tipos de ambiente no qual ele se insere.

Holland operacionalizou esta análise através da criação de um hexágono que representa as relações entre os diferentes tipos, em que cada tipo é colocado no respetivo vértice da figura geométrica, segundo a ordem apresentada – RIASEC. O grau de consistência será tanto maior quanto mais curta for a distância entre os tipos que predominam no indivíduo/ambiente.

A *diferenciação* tem a ver com o grau de precisão com que um indivíduo ou um ambiente está definido. Quanto mais características um indivíduo/meio possua de um mesmo tipo, em detrimento dos outros, maior será a diferenciação (maior diferenciação-menor número de tipos representados).

A *identidade* diz respeito ao grau ou à medida, em que o indivíduo/ambiente tem uma imagem clara e estável dos seus objetivos, interesses e aptidões.

A *congruência* diz respeito à relação entre o tipo de personalidade e tipo de ambiente, traduzindo a consonância entre o sujeito e o meio envolvente. A congruência é diretamente proporcional com a proximidade entre ambos, tornando os indivíduos mais satisfeitos, com maior facilidade em realizar os seus projetos. Quando existe incompatibilidade entre personalidade e ambiente, a congruência não se verifica, levando à insatisfação e à necessidade de mudar algo na sua vida.

Em síntese esta teoria sugere que o comportamento humano resulta da interação entre a personalidade e o ambiente e que as escolhas profissionais constituem uma expressão da personalidade. Assim, os indivíduos tentam encontrar ambientes educacionais e profissionais que correspondam ao seu estilo de personalidade (Hood & Ferreira, 1993).

### III – Programa “Caminhos...”

#### 1. Contextualização

A Orientação escolar continua a afirmar-se como uma área de extrema importância no âmbito da psicologia, atingindo a sua expressão máxima no contexto escolar e/ou no contexto profissional, assumindo-se como um processo de desenvolvimento pessoal que abrange diferentes faixas etárias.

A orientação vocacional tem sofrido, ao longo dos tempos, diversas mudanças que interagiram com as alterações sociais, funcionando, simultaneamente, como agente de ativação de processos e produto desses mesmos processos.

Presentemente, a orientação vocacional é entendida como um processo contínuo que se estende ao longo da vida, intervindo como promotor de crescimento pessoal, social e económico. Assim, desempenha um papel preponderante na tomada das decisões com que cada indivíduo se confronta ao longo do seu percurso de vida, responsabilizando-o de modo a desenvolver mecanismos que lhe permita gerir o percurso/caminho escolar

e/ou profissional de forma clara e segura na conjuntura escolar e profissional atual, visando o equilíbrio pessoal de cada um.

Na estrutura curricular vigente, o primeiro momento de crise no âmbito vocacional é efetivamente o 9ºano, tornando-o decisivo e de grande importância no processo de tomada de decisão dos respetivos jovens. É o momento, no qual se debatem com escolhas escolares que se revestem de um carácter determinante no percurso escolar de cada um, sem que se sintam, por vezes, preparados para o fazer.

O programa “Caminhos...” é um instrumento que deverá servir de suporte à tomada de decisão vocacional, por parte dos jovens que frequentam o 9ºano. Versa um instrumento de ajuda, a utilizar no âmbito da orientação escolar e profissional, com vista a promover e apoiar o desenvolvimento vocacional em contexto escolar.

Procura ajudar os estudantes a construir os seus projetos vocacionais que se assumem como organizadores e potenciadores do próprio desenvolvimento pessoal, social e académico.

O programa “Caminhos...” tem subjacente a influência de vários pressupostos teóricos, nomeadamente a abordagem desenvolvimentista, a qual integra atividades ligadas ao desenvolvimento da identidade e autonomia pessoal; a abordagem multidimensional da tomada de decisão, mais especificamente as dimensões cognitivas e afetivas através das variáveis individuais, tais como, interesses, aptidões, características de personalidade, etc...; por último a abordagem narrativa, na qual se promove o papel ativo do jovem na procura de informação, na tomada de decisão vocacional e na integração desta, numa narrativa abrangente com sentido, a sua história de vida.

## **2. Apresentação do programa “Caminhos...”**

“Caminhos...” consiste num conjunto de atividades estruturadas de intervenção psicológica em contexto escolar. A sua dinamização é feita em grupo e/ou individual. Consta num conjunto de ações propostas em três modalidades diferenciadas e dirigidas a diferentes especificidades, bem como de ações/atividades alternativas e/ou complementares dinâmicas e reajustáveis. O referido instrumento visa a construção cognitivo/afetiva de um projecto educativo/formativo com sentido, no qual o indivíduo possui um papel ativo na conjugação dos fatores de ordem pessoal (interesses, aptidões, valores, características), contextual (familiar, escolar, relacional) e social/organizacional (sócio-económico, educativo e laboral).

Cada modalidade possui a informação necessária à sua aplicação, nomeadamente as sessões são organizadas com a seguinte estrutura: tema, nível, objetivos, procedimentos e material necessário.

## 2.1. Modalidade I

Numa primeira opção é apresentado um programa de Orientação Escolar e Profissional a dinamizar, em grupo, com os alunos do 9ºano, com vista à promoção de competências na tomada de decisão de carreira.

O programa inicia-se com uma primeira **sessão** de informação, junto dos grupos turmas do 9ºano de escolaridade, na qual se atenta a importância da orientação vocacional. Esta sessão tem como objetivos: sensibilizar para a problemática da tomada de decisão, refletir sobre diferentes estratégias de ajuda à tomada de decisão e apresentar e divulgar o programa de Orientação Vocacional. Posteriormente, o programa decorrerá através de sessões temáticas que facilitarão aos alunos um processo de reflexão gradual e contínuo com vista ao crescimento vocacional e consequentemente à promoção de competências de tomada de decisão face à escolha vocacional que terão que enfrentar no final do 9ºano.

Assim, passo a apresentar a descrição das respetivas sessões que o constituirão.

### Sessão inicial

Numa primeira fase será dinamizada uma sessão de informação, junto das turmas do 9ºano de escolaridade, sobre a importância da orientação vocacional.

#### **Tema: A Orientação Vocacional**

#### **Objetivos:**

- Sensibilizar para a problemática da tomada de decisão;
- Refletir sobre diferentes estratégias de ajuda à tomada de decisão;
- Apresentar e divulgar o programa de orientação vocacional.

#### **Procedimento:**

- Apresentação através de suporte auditivo e visual a música “Ser Pro” de André Sardet;
- O orientador promove um espaço de debate com os alunos, no qual se analisa a mensagem transmitida e a relação desta com processo de decisão vocacional que os alunos terão que vivenciar no presente ano. A reflexão conjunta é iniciada com uma chuva de ideias, através da qual se equaciona a etapa em que se situam, a sua importância e os mecanismos facilitadores do processo;
- Seguidamente, o orientador faz uma breve apresentação do sistema educativo português, através da qual explora e questiona o conhecimento que os alunos possuem sobre esta temática;
- O orientador faz o ponto da situação, com o enquadramento de todos os aspetos abordados, terminando com a apresentação e divulgação do programa de Orientação Vocacional, a distribuição de fichas de inscrição e a definição da respetiva data de entrega das mesmas.

#### **Material:**

- Material de apoio em suporte informático, apresentação da canção “Ser Pro” do André Sardet (**anexo - 1.1**);

- Material de apoio em suporte informático, slide sobre sistema educativo português (**anexo – 1.2**);
- Circular e ficha de inscrição (**Anexo - 1.3**).

Depois de constituídos os grupos dá-se início ao programa de Orientação vocacional

### **Sessão nº1**

**Tema:** “Eu sou...”

**Nível:** Funcional/Representação de si

**Situação:** Exercício de dinâmica de grupo

#### **Objetivos:**

- Iniciar a relação grupal;
- Promover o auto e heteroconhecimento e explorar as expectativas dos diversos elementos do grupo;
- Clarificar o funcionamento do programa.

#### **Procedimento:**

- O orientador começa por fazer a sua apresentação ao grupo;
- Seguidamente o orientador distribui um conjunto de revistas com imagens e solicita a cada aluno que identifique uma imagem de referência (cada um deve escolher uma imagem que represente algo para si). Um elemento de cada vez apresentará ao grupo a imagem escolhida. Perante a apresentação da imagem, o grupo deverá tentar justificar a escolha de cada um e seguidamente fazer a caracterização do mesmo;
- Depois de caracterizado, por parte dos outros elementos, cada jovem deverá emitir a sua opinião sobre as características atribuídas pelo grupo e realizar ele próprio a sua autocaracterização;
- O orientador averigua expectativas do grupo em relação às atividades a desenvolver no âmbito da orientação vocacional e faz uma breve apresentação do mesmo;
- Conclui-se a sessão com a atribuição do nome do grupo.

#### **Material:**

- Revistas com imagens.

### **Sessão nº2**

**Tema:** Representação de si

**Nível:** Funcional/Representação de si

**Situação:** Preenchimento da ficha de orientação vocacional

#### **Objetivos:**

- Recolher os dados pessoais dos elementos que constituem os grupos;
- Promover a análise e reflexão pessoal do percurso escolar de cada aluno;
- Promover a representação de si;

- Promover o confronto de imagens referentes ao próprio “Eu”.

**Procedimento:**

- O orientador começa por explicar a importância da ficha individual de orientação vocacional, apresentando-a como algo que cada um vai construindo e completando ao longo do programa. Funcionará como elemento de reflexão semanal e vai acompanhando o processo vocacional de cada aluno;
- Seguidamente, os alunos começam por preencher a primeira parte da ficha, na qual consta um conjunto de questões que pressupõem uma análise e reflexão pessoal sobre o percurso escolar, os hábitos, as preferências, as rejeições e as características de cada um dos elementos do grupo. O orientador vai dinamizando de forma ativa e personalizada o preenchimento da mesma;
- Terminada a sessão, o orientador ressalva que a ficha será preenchida ao longo das diversas sessões, respeitando os respetivos temas e funcionará como o portfólio individual de cada aluno. É um processo continuado ao longo das sessões.

**Material:**

- Fichas individuais de Orientação Vocacional/portfólio do aluno (Anexo - 2.1).

**Sessão nº3/4**

**Tema: Atividades e profissões**

**Nível:** Desenvolvimentista/Diferencial

**Situação:** Debate de imagens profissionais, preenchimento de ficha referente a diversas atividades profissionais e elaboração de um guião de entrevista vocacional.

**Objetivos:**

- Adquirir conhecimentos sobre espaços, atividades, equipamentos e materiais relacionados com diversas profissões;
- Explorar diversos tipos de atividades profissionais;
- Analisar mitos e crenças vocacionais;
- Refletir sobre o mundo profissional.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com a distribuição de várias imagens que coloca nas mesas redondas onde estão os alunos (cada mesa tem quatro ou cinco alunos à sua volta). Estas imagens são alusivas a áreas de atividades e/ou profissões;
- Seguidamente o orientador deverá promover o debate em relação às referidas imagens, em que os alunos deverão identificar as atividades e/ou profissões, sua importância e sua utilidade. Simultaneamente cada um deverá identificar, numa ficha pessoal, as profissões e respetivas atividades de cada área e selecionar as três preferidas;
- O orientador deverá explorar e debater as representações e imagens que cada grupo possui sobre o mundo profissional, bem como o impacto das mesmas no processo vocacional de cada um;

- Posteriormente, o orientador deverá analisar, com os alunos, as fontes de recolha de informação escolar e profissional e promover a sua consulta;
- Por último, o orientador deverá sensibilizar para a necessidade de um documento (guião) organizador de recolha de informação, junto dos profissionais, promovendo a sua elaboração em grupo. Todos deverão colaborar ativamente.

**Material:**

- Imagens diversas alusivas a áreas de atividades e/ou profissões;
- Fichas sobre o que se faz em cada área de atividade (**anexo - 3.4.1**);
- Exemplo de um Guião de entrevista (**anexo - 3.4.2**);
- Computadores com acesso à NET, CDs, manuais de exploração vocacional e livros.

**Tarefa extra:**

- Nesta sessão, depois de se explorarem as diversas fontes de informação escolar e profissional, dever-se-á propor aos alunos a elaboração de perfis profissionais. Os alunos depois de formarem grupos de dois/três deverão selecionar uma profissão, sobre a qual terão que elaborar o perfil profissional. Depois de elaborados os perfis, estes serão apresentados ao grupo, em data a combinar.

**Sessão nº5/6**

**Tema: Interesses**

**Nível:** Diferencial/Representação de si

**Situação:** Aplicação de inventários de interesses e respetiva cotação, por parte dos alunos. Jogo de atribuições.

**Objetivos:**

- Refletir sobre a dimensão afetiva-instrumental do desenvolvimento de carreira (interesses, preferências ou aspirações);
- Refletir sobre a estrutura de interesses;
- Refletir sobre as áreas escolares e profissionais.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com uma breve explicação dos interesses e sua importância no processo vocacional de cada um.
- O orientador entrega uma ficha de auto-reflexão sobre as imagens que os diversos contextos transmitem sobre os interesses de cada sujeito, para o alunos analisarem, refletirem e preencherem conjuntamente. Aquando este preenchimento o orientador vai motivando ao espaço de reflexão e debate sobre as respetivas imagens;
- Posteriormente, são apresentados e debatidos em grupo, os dois inventários, IPP e CPOS, bem com as respetivas áreas do perfil;



- Antecipadamente, na ficha individual, cada aluno vai elaborar o seu perfil imaginário antes de saber o perfil real e vai preencher onde identifica o seu “interesse por...”;
- De seguida, o orientador apresenta o inventário de preferências profissionais, IPP e solicita o seu preenchimento;
- O Orientador apresenta o outro inventário de interesses da “Califórnia Occupational Preference System” (COPS) aos alunos e solicita o seu preenchimento;
- No final de preencherem o inventário, o orientador explica aos alunos as regras de cotação, para que os mesmos a realizem;
- Numa segunda sessão, o orientador começa por ir distribuindo um documento que identifica e explica as áreas de perfil e mais uma vez clarifica qualquer dúvida que possa existir.
- De seguida, o orientador vai apresentando, de forma anónima, as três escolhas de cada elemento referente aos dois inventários. Os alunos deverão identificar a quem pertence e justificar a respetiva atribuição, num espaço dinâmico de debate e de discussão sobre as imagens vocacionais assumidas no grupo;
- No final, todos poderão analisar os seus perfis e debater com o orientador a relação entre o perfil imaginário, o perfil real, e a relação deste com as áreas escolares;
- Terminar com a análise da importância destes dois instrumentos no processo de escolha de cada um.

**Material:**

- Ficha individual de Orientação Escolar e profissional, ponto 5 - análise e auto-reflexão pessoal sobre as imagens que os diversos contextos transmitem sobre os interesses de cada sujeito (**anexo - 2.1**);
- Inventários COPS e IPP;
- Informação escrita referente às áreas que constituem os respetivos perfis dos dois inventários (**anexo - 5.6.1**).

**Sessão nº7**

**Tema: As imagens ocupacionais**

**Nível:** Diferencial/Desenvolvimentista

**Situação:** Dinâmica de grupos

**Objetivos:**

- Explorar diversos tipos de atividades profissionais;
- Identificar diversas profissões
- Clarificar a formação escolar necessária para desenvolver a respetiva profissão
- Identificar os respetivos locais de trabalho
- Refletir sobre o mundo profissional.

**Procedimento:**

- O orientador coloca o grupo em U e um elemento de cada vez vai para o meio mimar a profissão que lhe é sorteada;

- Depois de o grupo identificar a profissão, deverão explicar, com a ajuda do orientador, o percurso escolar a percorrer, as atividades do respetivo profissional e os locais onde poderá exercer a referida profissão;
- Debater com o grupo as imagens e os estereótipos existentes em relação às diferentes profissões.
- O orientador faz o ponto da situação em relação aos perfis profissionais e ambos definem quando será feita a apresentação.

**Material:**

- Quadrinhos de papel com profissões escritas em cada um.

**Sessão nº8**

**Tema: Preferências**

**Nível:** Diferencial/Representação de si

**Situação:** Jogo de atribuições dos diferentes tipos da teoria de Holland.

**Objetivos:**

- Refletir sobre a dimensão afetiva-instrumental do desenvolvimento de carreira, preferências, atividades, competências ou aspirações;
- Refletir sobre as áreas escolares e profissionais.

**Procedimento:**

- Num primeiro momento o orientador faz uma descrição sintética do modelo hexagonal e dos diferentes tipos da abordagem de Holland (RIASEC), respetivas características da personalidade e ambientes profissionais;
- De seguida, o orientador distribui, em suporte de papel uma síntese que descreve os tipos, as características de personalidade de cada um e os ambientes profissionais dos mesmos e um pequeno quadro, no qual os alunos colocam os tipos com que se identificam, em primeiro, segundo e terceiro lugar;
- Seguidamente o orientador apresenta um jogo de dinâmica de grupos em que pede aos alunos para imaginarem um exagono representado na sala com os seis tipos nos vértices da figura devidamente identificados (RIASEC). De seguida pede que cada aluno se levante e ocupe o lugar, no exagono, com que mais se identifique. Depois de identificar os diversos perfis cada um se vai posicionando para o tipo que lhe corresponde;
- No final, cada um faz a análise do seu perfil, identificando o tipo, as características da personalidade que o caracterizam (atitudes, competências, valores, traços, objetivos, crenças e interesses para cada um dos tipos), e os ambientes profissionais, bem como o melhor ajuste entre perfil e ambiente.
- Posteriormente, em conjunto refletem sobre os diferentes grupos criados nas extremidades do exagono, as semelhanças, afinidades entre eles e o que os diferenciam. Por fim, deverão analisar a relação entre os diferentes tipos de personalidade e os diferentes

ambientes. Cada um vai tentar sintetizar o seu estilo de carreira através da escolha e organização de tipo narrativo de três papéis profissionais significativos para si.

**Material:**

- Folha elucidativa sobre os seis tipos, características e ambientes (**anexo - 8.1.**);
- Ficha para atribuições imaginárias (**anexo - 8.2.**);
- Perfis elucidativos (**anexo - 8.3.**).

**Sessão nº9**

**Tema: Informação Vocacional**

**Nível:** Diferencial/Desenvolvimentista

**Situação:** Apresentação das várias opções escolares e profissionais que poderão integrar no final do ano

**Objetivos:**

- Adquirir informação vocacional
- Analisar e debater a informação escolar e profissional
- Facilitar o processo de decisão.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com a sensibilização à procura de informação e os meios e/ou fontes importantes para esse efeito;
- Seguidamente, o orientador incentivará o grupo a explorar de forma ativa e dinâmica uma apresentação sobre as diversas ofertas vocacionais (informação escolar e profissional);
- Durante a apresentação, o grupo deverá colaborar de forma dinâmica e fazer o preenchimento de uma ficha referente à informação escolar e profissional;
- Exploração e apresentação de diversas fontes de recolha e de material já elaborado, alertando para também a consulta da disciplina SPO no moodle, onde vai sendo publicada informação referente à orientação vocacional.

**Material:**

- Slides, livros e panfletos de divulgação;
- Cursos científico-humanísticos e respetivas disciplinas (**anexo – 9.1.**).
- Cursos profissionais – Manual de Exploração Vocacional e CD

**Tarefa extra:**

- Nesta sessão define-se um grupo de alunos por turma com vista à preparação de uma sessão de informação escolar e profissional para a turma, pais e encarregados de educação.

**Sessão nº10**

**Tema: Desenvolvimento de carreira (valores/satisfação)**

**Nível:** Diferencial/Representação de si

**Situação:** Representação individualizada da carreira enquanto percurso de vida, exploração de cenários e papéis escolhidos e realização da autobiografia.

**Objetivos:**

- Refletir sobre a dimensão afetiva-instrumental do desenvolvimento de carreira (valores e satisfação);
- Promover a consciencialização da natureza e conteúdo das atividades que constituem a carreira subjetiva;
- Refletir sobre as imagens vocacionais de futuro e respetivo percurso.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com uma breve explicação sobre o modelo “Arco-Íris” de carreira. Utilizando o referido modelo deverá explorar e discutir, em grupo, os diferentes cenários e papéis escolhidos ao longo da vida e a sua importância na satisfação pessoal do indivíduo e na definição de um estilo de vida;
- Seguidamente o orientador sugere ao grupo uma reflexão pessoal sobre o percurso de vida dos diferentes elementos e a elaboração da respetiva autobiografia acompanhada da ilustração do contexto profissional em que cada um se imagina futuramente;
- O orientador sugere ainda a realização da atividade proposta no ponto seis da ficha individual.

**Material:**

- Autobiografia (**anexo – 10.1**)
- Ficha Individual (**anexo – 2.1**), ponto 6.

**Sessão nº11/12/13****Tema: Aptidões**

**Nível:** Diferencial/Desenvolvimentista

**Situação:** Aplicação de um teste de raciocínio diferencial e explicação dos aspetos intelectuais envolvidos.

**Objetivos:**

- Refletir e clarificar o conceito de capacidades e aptidões;
- Analisar os processos intelectuais envolvidos;
- Perceber o caráter dinâmico do seu desenvolvimento e respetiva relação com as vivências de cada um.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com uma breve explicação sobre as aptidões, o caráter dinâmico das mesmas e sua importância no processo vocacional de cada um. Apresenta e clarifica as diferentes provas de raciocínio (NR, VR; AR; SR e MR);
- Posteriormente, cada aluno vai preencher na ficha individual, no ponto 7, o seu perfil imaginário onde identificará o seu “jeito para...”;
- Após a aplicação de cada prova, o orientador fará uma reflexão sobre as dificuldades sentidas e os processos envolvidos.

**Material:**

- Bateria de Provas de Raciocínio Diferencial-BPRD (adaptação portuguesa de Leandro Almeida e Bártolo P. Campos)
- Ficha Individual, ponto 7, aquilo que tenho mais "jeito" (**anexo - 2.1**).

#### **Sessão nº14**

##### **Tema: Informação escolar e profissional**

**Nível:** Diferencial/Desenvolvimentista

**Situação:** Apresentação e reflexão sobre o sistema educativo português após o 9ºano e sobre as propostas de oferta formativa da zona.

##### **Objetivos:**

- Analisar e conhecer o sistema educativo português;
- Conhecer as ofertas de formação propostas para o próximo ano letivo;
- Promover a análise e reflexão pessoal sobre a informação escolar e profissional;
- Conhecer as alternativas de formação existentes na zona

##### **Procedimento:**

- Os grupos de trabalho constituídos anteriormente são os responsáveis pela apresentação da informação escolar e profissional (o grupo está dividido em subgrupos, em que cada um é responsável pela apresentação de uma parte da informação), todo o trabalho de pesquisa, preparação e elaboração é feito fora das sessões, com a colaboração do orientador.
- A sessão é dinamizada pelos alunos, sob a supervisão do orientador, através da apresentação da informação em suporte informático e suporte de papel, para os outros elementos. Cada conjunto de três alunos faz a apresentação de uma parte da informação;
- Durante a apresentação o orientador vai questionando, completando e promovendo a reflexão;
- Apresentação das diversas fontes de informação, análise e exploração das mesmas;
- Explorar o site "acesso ao ensino superior". O orientador deve clarificar a dinâmica do site e a sua funcionalidade na definição e estruturação do percurso formativo dos alunos ao longo do ensino secundário;
- Análise e reflexão das alternativas de formação propostas pelas instituições que existem no concelho.

##### **Material:**

- Material didático sobre informação escolar e profissional (PowerPoint (**anexo 14.1, anexo 14.2 e anexo 14.3**) e panfletos de divulgação)

#### **Sessão nº15**

##### **Tema: Cadeira Silenciosa**

**Nível:** Diferencial/Desenvolvimentista/representação de si

**Situação:** Dinâmica de grupos

**Objetivos:**

- Vivenciar imagens vocacionais atribuídas.
- Refletir e analisar sobre as imagens vocacionais assumidas.
- Sentir cognitivamente e afetivamente os diferentes aspetos vocacionais.

**Procedimento:**

- A sala está organizada de forma a que os elementos do grupo se sentem em U, ficando uma cadeira livre no meio da abertura do mesmo, de forma a que todos estejam virados para a respetiva cadeira;
- Depois de clarificada a dinâmica da sessão, o orientador solicita a que um elemento de cada vez se vá sentando na cadeira livre, ao qual o grupo irá atribuir uma entidade vocacional;
- O orientador deve promover, aquando as atribuições das entidades vocacionais aos diferentes elementos do grupo, um espaço de reflexão, confronto e clarificação das auto e hetero-imagens vocacionais;
- Enquanto estiver na cadeira o elemento do grupo deverá permanecer silencioso, devendo no final fazer uma análise dos papéis profissionais atribuídos pelos colegas.

**Material:**

**Sessão nº16**

**Tema:** Decisão vocacional

**Nível:** Diferencial/Desenvolvimentista/representação de si

**Situação:** Análise de casos

**Objetivos:**

- Refletir sobre a dimensão afetiva-instrumental do desenvolvimento de carreira;
- Promover a análise e reflexão pessoal sobre os processos implicados na tomada de decisão e a articulação entre eles;
- Vivenciar de forma imaginária os afetos e os comportamentos cognitivos presentes numa situação de decisão vocacional.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com uma breve explicação do que pretende desenvolver, na qual explica que serão apresentadas algumas situações, em que os alunos terão que se colocar no papel dos respetivos interlocutores, analisar a sua situação vocacional e conseqüentemente ajudá-lo na sua de decisão. Os casos a debater poderão ser propostos pelo orientador ou pelos alunos, sempre que estes tenham algum que gostariam de analisar;
- Após a apresentação de cada caso, os alunos terão algum tempo para analisarem os diversos aspetos implicados numa tomada de decisão e elaborarem o seu aconselhamento vocacional;

- Debate de cada caso, por parte dos alunos, através de uma breve exposição acerca do processo de decisão envolvido em cada situação e a respetiva planificação de ação pessoal. Este debate é realizado entre os diferentes grupos em que cada um terá que defender a sua decisão, de forma se ajustarem entre si;
- Reflexão sobre as dificuldades sentidas e os processos envolvidos na tomada de decisão.

**Material:**

- Pequenos textos descritivos de situações de tomada de decisão (**anexo 16.1**).
- Ficha – Decisão Vocacional (**anexo 16.2**)

**Sessão Final**

**Tema: Avaliação do programa**

**Nível:**

**Situação:** Análise oral sobre o decorrer do programa e preenchimento de um questionário de satisfação

**Objetivos:**

- Promover a análise e o crescimento da orientação vocacional;
- Aferir, ajustar e valorizar o processo.

**Descrição:**

- O orientador termina o programa, através da análise do mesmo junto dos alunos que constituem os grupos, valorizando que este foi apenas o início de um processo de tomada de decisão que se prolonga ao longo da vida;
- Preenchimento de um questionário de satisfação sobre a atividade desenvolvida;
- Reflexão conjunta e sugestões para a dinamização da atividade.

**Material:**

- Questionário de satisfação (**anexo 17.1**).

**2.2. Modalidade II**

Esta proposta apresenta um programa dirigido aos sujeitos que já frequentaram atividades de orientação vocacional, alunos que estão a repetir o 9º ano, ou sujeitos que não pretendem e/ou necessitem frequentar um programa que decorre ao longo do ano, ou que por outro lado, unicamente precisem clarificar e adquirir informação escolar e profissional.

**Sessão nº1**

**Tema: Representação de si**

**Nível:** Funcional/Representação de si

**Situação:** Preenchimento da Ficha de Orientação Vocacional

**Objetivos:**

- Recolher os dados pessoais dos elementos que constituem os grupos;

- Promover a análise e reflexão pessoal do percurso escolar de cada aluno;
- Promover a representação de si;
- Promover o confronto de imagens referentes ao próprio “Eu”.

**Procedimento:**

- O orientador começa por explicar a importância da ficha individual de orientação vocacional, apresentando-a como algo que cada um vai construindo e completando ao longo das sessões. Funcionará como elemento de reflexão e acompanha o processo vocacional de cada aluno;
- Seguidamente, os alunos começam por preencher a primeira parte da ficha, na qual consta um conjunto de questões que pressupõem uma análise e reflexão pessoal sobre o percurso escolar, os hábitos, as preferências, as rejeições e as características de cada um dos elementos do grupo. O orientador vai dinamizando de forma ativa e personalizada o preenchimento da mesma;

**Material:**

- Fichas individuais de Orientação Vocacional/portfólio do aluno.

**Sessão nº2/3**

**Tema: Atividades e profissões**

**Nível:** Desenvolvimentista/Diferencial

**Situação:** Debate de imagens profissionais, preenchimento de ficha referente a diversas atividades profissionais e elaboração de um guião de entrevista vocacional.

**Objetivos:**

- Adquirir conhecimentos sobre espaços, atividades, equipamentos e materiais relacionados com diversas profissões;
- Explorar diversos tipos de atividades profissionais;
- Analisar mitos e crenças vocacionais;
- Refletir sobre o mundo profissional.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com a distribuição de várias imagens que coloca nas mesas redondas onde estão os alunos (cada mesa tem quatro ou cinco alunos à sua volta). Estas imagens são alusivas a áreas de atividades e/ou profissões;
- Seguidamente o orientador deverá promover o debate em relação às referidas imagens, em que os alunos deverão identificar as atividades e/ou profissões, a sua importância e sua utilidade. Simultaneamente cada um deverá identificar numa ficha pessoal, as profissões e respetivas atividades de cada área e selecionar as três preferidas;
- O orientador deverá explorar e debater as representações e imagens que cada grupo possui sobre o mundo profissional, bem como o impacto das mesmas no processo vocacional de cada um;



- Posteriormente, o orientador deverá analisar, com os alunos, as fontes de recolha de informação escolar e profissional e promover a sua consulta;
- O orientador propõe a que cada aluno vá mimando para o grupo as profissões que o orientador lhes vai apresentando. No fim do grupo adivinhar a profissão mimada, a profissão será analisada em grupo, através da formação necessária, as atividades e os locais onde poderá ser desenvolvida.
- Por último, o orientador deverá sensibilizar para a necessidade de um documento (guião) organizador de recolha de informação, junto dos profissionais, promovendo a sua elaboração em grupo. Todos deverão colaborar ativamente.

**Material:**

- Imagens alusivas a áreas de atividades e/ou profissões
- Fichas sobre o que se faz em cada área de atividade
- Guião
- Documento que identifica alguns exemplos de fontes de recolha
- CDs, manuais de exploração vocacional e livros
- Pequenos quadradinhos de papel, em que cada um identifica uma profissão.

**Tarefa extra:**

- Nesta sessão, depois de se explorar as diversas fontes de informação escolar e profissional, dever-se-á propor aos alunos a elaboração de perfis profissionais. Os alunos depois de formarem grupos de dois deverão selecionar uma profissão, sobre a qual terão que elaborar o perfil profissional. Depois de elaborados, os perfis serão apresentados ao grupo, em data a combinar.

**Sessão nº4/5**

**Tema: Informação escolar e profissional**

**Nível:** Diferencial/Desenvolvimentista

**Situação:** Apresentação e reflexão sobre o sistema educativo português após o 9ºano e quais as ofertas de formação da zona.

**Objetivos:**

- Fornecer informação escolar e profissional
- Promover a análise e reflexão pessoal sobre a informação escolar e profissional
- Conhecer as alternativas de formação existente na zona

**Procedimento:**

- O orientador faz apresentação sobre a informação escolar e profissional em suporte informático e suporte de papel, para o grupo.
- Durante a apresentação o orientador vai questionando, completando e promovendo a reflexão;
- Apresentação das diversas fontes de informação, análise e exploração das mesmas;

- Explorar o site “acesso ao ensino superior”. O orientador deve clarificar a dinâmica do site e a sua funcionalidade na definição e estruturação do percurso formativo dos alunos ao longo do ensino secundário;
- Análise e reflexão das alternativas de formação propostas pelas instituições que existem no concelho.

**Material:**

- Material didático sobre informação escolar e profissional (PowerPoint e panfletos de divulgação)

### **2.3. Modalidade III**

Esta proposta apresenta um programa dirigido aos sujeitos que devido à especificidade da sua situação poderão beneficiar com uma intervenção individualizada. Neste sentido, o processo é dinamizado através da consulta psicológica individual, cuja intervenção se centra no planeamento de carreira.

Esta opção tem como objetivo adequar a cada elemento um plano de intervenção, ao nível do desenvolvimento de carreira focalizados na situação específica do orientando. Poderá integrar atividades incluídas no programa de orientação previamente definido e/ou outras que se ajustem as necessidades específicas do orientando.

### **3. Sessões alternativas**

Na escola pública, escola para todos, em que cada um deverá ser respeitado na sua especificidade e em que cada vez mais se dinamizam alternativas de formação diversificadas, nomeadamente percursos alternativos de formação. Também a orientação vocacional necessitará de reajustes pontuais e específicos em função dos respetivos públicos-alvo. Neste sentido, para além das opções anteriormente definidas, um programa a aplicar de forma transversal com alunos do 9ºano, um programa curto de orientação vocacional, direcionado a um leque de alunos, com determinada especificidade e ainda uma última proposta de orientação vocacional individual, promovida através da consulta psicológica, de forma a responder individualmente a cada situação. Propõem-se ainda algumas sessões alternativas, no sentido de facilitar alterações e reajustes pontuais às especificidades dos diversos intervenientes, da dinâmica da instituição, dos objetivos da orientação escolar e profissional e das necessidades pontuais que vão surgindo num contexto tão diversificado.

Face ao exposto, apresento algumas propostas:

**Sessão alternativa**

**Tema: Preferências profissionais**

**Nível:** Diferencial/Representação de si

**Situação:** Aplicação de um inventário de preferências profissionais – 3º ciclo

**Objetivos:**

- Refletir sobre a dimensão afetiva-instrumental do desenvolvimento de carreira (interesses, preferências ou aspirações);
- Refletir sobre as preferências profissionais;
- Analisar a relação entre os interesses e preferências e as áreas escolares.

**Procedimento:**

- Este inventário poderá ser aplicado individualmente ou em grupo, respetivamente em suporte informático ou em suporte de papel;
- O orientador inicia a sessão com uma breve explicação dos interesses e sua importância no processo vocacional de cada um.
- De seguida, o orientador apresenta o inventário de preferências - 3º ciclo e solicita o seu preenchimento;
- Se o preenchimento for individualmente será feito em suporte informático e será desde logo definido o perfil do aluno;
- Se o preenchimento for realizado em grupo, será feito em suporte de papel e posteriormente o orientador terá que elaborar o respetivo perfil.
- Em qualquer uma das hipóteses o orientador deverá trabalhar o perfil com o aluno e enquadrá-lo no seu contexto.

**Material:**

- Inventário de preferências profissionais – 3º ciclo
- Computador

**Sessão alternativa**

**Tema: Identificação pessoal**

**Nível:** Diferencial/Representação de si

**Situação:** Aplicação do teste de personalidade – GPP-I (Perfil e inventário de personalidade de Gordon).

**Objetivos:**

- Refletir sobre algumas dimensões de personalidade e sua importância no processo de tomada de decisão.
- Percer a relação entre os diversos aspetos e traços de personalidade e a escolha vocacional.

**Procedimento:**

- O orientador inicia a sessão com uma breve explicação sobre o teste GPP-I e sua importância no processo vocacional. Questionar e discutir com grupo sobre como os diversos aspetos da personalidade (ascendência, responsabilidade, estabilidade emocional, sociabilidade e auto-estima) e os traços adicionais (prudência, originalidade, relações interpessoais e vitalidade) interferem na tomada de decisão;

- O grupo deverá, com a ajuda do orientador, contextualizar os aspetos a analisar e a escolha vocacional, de forma a perceber a importância desta análise.

**Material:**

- Teste de personalidade GPP-I

**4. Atividades Complementares****4.1. Entrevistas****4.1.1. Entrevista final**

Será realizada uma entrevista final, terminado o programa de orientação escolar e profissional, com o aluno e o encarregado de educação e/ou os pais. Nesta entrevista é solicitado a que o aluno apresente e justifique a sua decisão vocacional. O orientador convida o aluno a partilhar os seus projetos educativos/formativos que lhe pareçam pertinente continuar a explorar, ao longo do ensino secundário. Será equacionado e organizado o conjunto das diversas ofertas formativas de modo a clarificar o sistema educativo português e será refletido com os pais todo o trabalho desenvolvido no referido processo, bem como importância do papel de cada um na construção e (re)construção ativa dos seus projetos educativos e formativos, com vista à promoção de competências relacionadas com a tomada de decisão. Nesta entrevista, promove-se o diálogo com os pais no sentido de clarificar o orientando, depois de refletir conjuntamente com o encarregado de educação e o orientador, definirá a sua escolha escolar e futuramente profissional.

Em situações de indecisão o orientador propõe outras atividades complementares, a fim de promover maior exploração e clarificação.

**4.1.2. Entrevistas específicas**

Sempre que necessário serão dinamizadas outras entrevistas com vista à promoção de competências no âmbito da tomada de decisão, nomeadamente, sempre que faça sentido a aplicação de provas individuais (BBT, ECO e outras), bem como o atendimento individualizado face a situações específicas e pessoais.

**4.2. Tarefas realizadas****4.2.1. Entrevistas a profissionais**

Os alunos, ao longo do programa, deverão elaborar um guião de entrevista a um profissional, com vista à recolha de informação. Esse guião servirá de apoio a entrevistas com profissionais a realizar ao longo do segundo período letivo (durante a aplicação do programa) e que servirão de base à elaboração de perfis profissionais.

#### **4.2.2. Perfis profissionais**

Os alunos poderão elaborar, em função dos seus interesses, perfis profissionais que se vislumbrem hipóteses pessoais de futuro. Depois de elaborados serão apresentados para o grupo/turma no início do terceiro período ou na semana aberta de informação escolar e profissional. Estes trabalhos poderão ser elaborados em grupo ou individualmente, conforme o que se verifique mais ajustado às respetivas situações.

#### **4.2.3. Biografia**

Cada aluno deverá elaborar a sua biografia de futuro, com vista à reflexão pessoal sobre o seu percurso de vida. Posteriormente será analisada com o orientador, em grupo ou individualmente.

#### **4.2.4. Visitas de Estudo**

Os SPO realizarão visitas de estudo a feiras/certames de informação vocacional existentes na zona, que se vislumbrem de interesse para os alunos e a instituições educativas (escolas) que se mostrem disponíveis e, sempre que necessário, facilitem recursos de transporte, tais como: escolas profissionais da zona, escola secundária, etc...

Esta atividade pressupõe a elaboração de uma planificação a levar a conselho pedagógico para aprovação. Posteriormente será enviada para os encarregados de educação, uma circular explicativa para cada visita com a respetiva ficha de autorização.

Será ainda elaborada uma grelha de observação que deverá funcionar como instrumento de recolha de informação relevante, de forma a facilitar e rentabilizar a referida visita.

#### **4.2.5. O dia com o profissional**

Inserido nas atividades de Orientação Escolar e Profissional, os SPO possuem um projeto, com os alunos do 9ºano, cujo objetivo é proporcionar o contato direto com profissionais, no sentido de lhes permitir a troca de informação direta e atual sobre as profissões que mais os motivam.

O projeto anteriormente referido proporciona aos alunos a possibilidade de vivenciarem, uma manhã, tarde ou um dia, consoante a disponibilidade da instituição/profissional a situação laboral do profissional.

Elaboram um guião e uma grelha de observação para assim poderem recolher informação.

Esta atividade é proposta logo no início do primeiro período e carece da autorização do encarregado de educação, depois da qual será realizado um levantamento junto dos alunos para saber quais os profissionais que mais lhes faria sentido observar em local de trabalho.

No final do ano letivo é feita análise da atividade com os alunos.

#### **4.2.6. Semana aberta de informação escolar e profissional**

É uma atividade dinamizada durante três dias, através da organização de uma exposição, com materiais (panfletos, cartazes, vídeos e CDs) de

divulgação sobre informação escolar e profissional.

Nessa exposição serão ainda apresentados trabalhos elaborados pelos alunos (individualmente ou em grupo), no âmbito do programa e com a ajuda do diretor de turma e do psicólogo. Esta apresentação poderá ser feita de diversas formas: cartazes, Powerpoint, dramatizações, etc...

Dinamização de um fórum profissões, através do qual são promovidas sessões de debate com profissionais e alunos que já frequentaram a escola.

Dinamização da sessão de informação escolar e profissional para pais/encarregados de educação.

## V - Conclusões

*“Frequentemente aquele que faz demais, faz muito pouco”*... Em tudo na vida devemos agir de forma equilibrada, gastar o devido tempo no que é efetivamente importante...

Desde a criação dos Serviços de Psicologia e Orientação Escolar e Profissional (SPO) foram existindo reajustes e desenvolvimentos distintos, que de uma forma ou de outra, foram alterando significativamente os pressupostos e formas de atuação dos mesmos.

Refletindo retrospectivamente, pode constatar-se que fazer opções e encetar “Caminhos...” foi desde sempre um desafio aos SPO. As alterações frequentes ao quadro legal na educação e conseqüente dispersão na intervenção, o aumento significativo do público-alvo dos serviços e as mudanças subjacentes ao aprofundamento do contexto teórico, têm forçado o olhar atento e a constante necessidade de tomar as melhores decisões.

Tomar decisões e definir percursos é o que fazemos ao longo de todo um processo contínuo de crescimento, quer escolar/formativo, quer profissional até mesmo sócio-emocional, sendo algo que nos acompanha, que nos persegue, que nos impressiona, que nos prende, ou por outra, que nos liberta.

Escolher e fazer opções estará sempre presente, será sempre fundamental e determinante, implicará escolhas e desafios, fazendo todo o sentido um olhar atento, perspicaz e reestruturante, por parte de quem enquadra, orienta e promove os serviços de psicologia, enquanto agente promotor do desenvolvimento vocacional.

Com este espaço de reflexão pretendemos repensar e reenquadrar o desenvolvimento vocacional, numa relação dialética, pensando nos processos de tomada de decisão integrados no desenvolvimento humano de cada pessoa. Cada decisão envolve o sujeito na sua totalidade.

O processo de tomada de decisão, tal como diz Cencini (2009) não se reduz à definição (imposta ou não) de uma profissão ou de um ofício, mas sim numa opção abrangente, que enquadra todos os âmbitos dessa existência.

Face ao exposto, faz todo o sentido a tónica no auto-desenvolvimento contextualizado, perspetivando o processo de desenvolvimento vocacional

como um conjunto complexo de caminhos, que o sujeito vai equacionando e onde é fundamental a adaptabilidade e a antecipação estratégica, de forma a responder a alterações rápidas e dificilmente previsíveis.

Atendendo ao facto dos Serviços possuírem um contexto intervencional abrangente, alargado a áreas tão diversas e com públicos-alvo tão distintos, a funcionalidade e a eficácia da sua intervenção passa pela definição clara e cirúrgica de espaços de atuação prioritários, sendo um deles a orientação vocacional com o 9º ano. Justifica-se assim, uma reflexão mais aprofundada sobre este tema e a construção de uma ferramenta de trabalho facilitadora à dinamização deste espaço – o programa “Caminhos...”.

Nem sempre se consegue uma relação totalmente coerente entre a fundamentação teórica, a atividade apresentada e a concretização prática da mesma. No entanto, na conceção do programa “Caminhos...”, descrito anteriormente, estiveram presentes os pressupostos inerentes ao modelo desenvolvimentista e interativo da carreira, tendo-se estruturado segundo três domínios. É feita uma abordagem à pessoa e respetivo autoconhecimento, através de um conjunto de variáveis pessoais que caracterizam as pessoas, tais como necessidades, aptidões, interesses, valores, auto-conceito e motivação. Outro domínio corresponde aos papéis desempenhados em diferentes contextos (expectativas e objetivos, configuração e implementação, satisfação e conflito). Por último, este domínio diz respeito à história da evolução pessoal nesses contextos, incluindo fases e tarefas desenvolvimentistas (dimensões e níveis de adaptabilidade, transições, projetos e avaliação de experiências (Pinto, 2012).

“Caminhos...” consiste num programa direcionado ao meio escolar, mais especificamente aos alunos do 9ºano, no qual se atribui importância significativa ao papel do estudante e à preparação do papel do trabalhador, como é vivido e preparado no percurso de vida dos sujeitos. Assim, postula todo um processo de reflexão pessoal, de auto-conhecimento e de tomada de decisão, que possui a sua expressão máxima no desenvolvimento vocacional contínuo e dinâmico. Tal, justifica a apresentação de um instrumento flexível, auto construído, que se poderá aferir sempre que necessário. A organização das respetivas sessões procurou obedecer à prática baseada numa intervenção desenvolvimentista e contextualista.

Para além da importância de todas as atividades estruturadas propostas no referido programa, são também especialmente importantes as entrevistas e as atividades paralelas de pesquisa e de experiência, pois diferenciam-no, tornando-o significativo e ajustável às necessidades do público-alvo.

Na análise subjacente a toda a dinâmica, teremos também que refletir sobre os aspetos menos favoráveis, mais especificamente as limitações inerentes ao desenvolvimento numa atividade no âmbito da orientação vocacional em contexto escolar.

Assim, apontamos os seguintes constrangimentos relativos à intervenção no desenvolvimento vocacional:

- as múltiplas solicitações a que os serviços estão sujeitos devido à

quantidade excessiva do público-alvo, a dispersão geográfica e a diversidade do mesmo, dificulta o aprofundamento da intervenção;

- o facto dos serviços atuarem num contexto escolar que não mantém os alunos até ao final do ensino secundário, não facilitando um trabalho continuado no âmbito do desenvolvimento vocacional;

- não possuir dados de natureza experimental que permitam fazer uma avaliação validada da eficácia desta intervenção.

A atividade apresentada neste trabalho reflete unicamente uma intervenção informal, dinamizada no âmbito da orientação escolar e profissional, nunca tendo sido pensada em função de qualquer estudo de natureza experimental. Neste sentido tem sido sujeita apenas a uma avaliação interna com vista ao melhor desempenho dos serviços, no que diz respeito à sua intervenção nos processos de tomada de decisão. A referida avaliação tem sido realizada através da aplicação de questionários de satisfação aos alunos e respetivos encarregados de educação (avaliação de desempenho); da análise qualitativa aquando da entrevista individual, da observação do comportamento dos participantes, da análise dos elementos facilitadores e obstáculos na implementação das atividades e da monitorização do percurso escolar dos alunos até ao final do ensino secundário.

Como é difícil fechar algo que sentimos inacabado, que revela as limitações de tempo e a predisposição para o aprofundamento teórico! Enfim, muito mais haveria para abordar!

Equacionar constrangimentos, assumir limitações e autoanalisar desempenhos é o que nos envolve em situações de aprendizagem e de crescimento interno.

Definitivamente a intervenção prática em contexto escolar é o percurso - “Caminhos...”.

*...Não sei por onde vou,*

*Não sei para onde vou*

*Sei que não vou por aí!*

*José Régio, in “Poemas de Deus e do Diabo”.*



### Bibliografia

- Abreu, M.V.(1996, setembro). O desafio da Europa e o desenvolvimento das pessoas: saudação da Comissão Organizadora. Comunicação apresentada na Conferência Internacional “*A informação e a orientação escolar e profissional no ensino superior: um desafio da Europa*”, Coimbra.
- Almeida, L.S. (1988). O impacto das experiências educativas na diferenciação cognitiva dos alunos: análise dos resultados em provas de raciocínio. *Revista Portuguesa Psicologia*, 24, 131-157.
- Araújo, A. (2009). *Antecedentes, Dinâmica e Consequentes no Desenvolvimento Vocacional na Infância* (Tese de doutoramento). Obtido de <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/10047>.
- Blustein, D.L. (1994). “Who I am?” The question of self and identity in career development. In M. L. Savickas & R. W. Lent, *Convergence in Career Development Theories*, pp.139-154. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Bordin, E. S. (1990). Psychodynamic model of career choice and satisfaction. In D. Brown, L. Brooks & Assoc. (Eds.), *Career choice and development: Applying contemporary theories to practice*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Brown, D. (2002a). Introduction to theories of career development and choice: origins, evolution, and current efforts, In D. Brown (Eds.), *Career Choice and Development*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.
- Campos, B. P. (1991). *Educação e desenvolvimento pessoal e social*. Porto: Afrontamento.
- Campos, B. P. (1980). A orientação vocacional numa perspectiva de intervenção no desenvolvimento psicológico. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XIV, 195-230.
- Coimbra, J. L. (1997/98). O meu “grande” projecto de vida ou os meus “pequenos” projectos: linearidade ou recorrência no desenvolvimento vocacional e suas implicações educativas. *Cadernos de Consulta Psicológica*.
- Crites, J. O. (1976). A comprehensive model of career development in early adulthood. *Journal of Vocational Behavior*. 9, 105-118.
- Decreto-Lei nº190/91, de 17 de Maio – criação dos serviços de psicologia e orientação.
- Decreto-Lei nº300/97, de 31 de Setembro – criação da carreira de psicólogo no âmbito do Ministério de Educação, definindo-se as suas funções e regras para concursos.
- Faria, L. (2008). *A eficácia da consulta psicológica vocacional de jovens: estudo do impacto de uma intervenção* (Tese de doutoramento). Obtido de <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/8502/1/Tese%20de%20Liliana%20da%20Costa%20Faria.pdf>
- Ferreira, J. A., & Santos, E. R. (1998) Factores e contextos vocacionais: novas orientações para um novo milénio. *Psicologica*, 20, 85-91.

- Ferreira, J. A., Santos, E. R., Fonseca, A. C., & Haase, R. F. (2007). Early Predictors of Career Development: A Ten-Year Follow-Up Study. *Journal of Vocational Behavior*, 70, 61-77.
- Gonçalves, C. (2006). A família e a construção de projectos vocacionais de adolescentes e jovens. (Tese de doutoramento). Obtido de <http://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/14596>
- Holland, J. L. (1959). A theory of vocational choice. *Journal of Counseling Psychology*, 6, 35-45.
- Holland, J.L. (1973). *Making vocational choices: A theory of careers*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Holland, J.L. (1997). *Making vocational choices: A theory of personalities and work environments*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Holland, J.L., & Holland, J.E. (1977). Vocational indecision: More evidence and speculation. *Journal of Counseling Psychology*, 24, 404-414.
- Holland, J.L. (1985). *Self-Directed Search* (1985 ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Holland, J.L. (1993). *Making vocational choices: A theory of career*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Hood, A. B., & Ferreira, J. A. (1993). A teoria da escolha vocacional de John Holland. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 3, 457-470.
- Gottfredson, G. D., & Holland, J. L. (1991). *Position Classification Inventory professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Gottfredson, G. D., Jones, E. M., & Holland, J. L. (1993). Personality and vocational interests: The relation of Holland's six interest dimensions to five robust dimensions of personality. *Journal of Counseling psychology*.
- Gottfredson, L. S. (1996). Gottfredson's theory of circumscription and compromise. In D. Brown, L. Brooks & Assoc. 8Eds.), *Career choice and development*. San Fransisco, CA: Jossey-Bass.
- Osipow, S. H. (1983). *Theories of career development*. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.
- Parsons, F. (1909). *Choosing a Vocation*. Boston: Houghton Mifflin.
- Santos, E. R. (1996). A Orientação Profissional e Inserção Vocacional dos Jovens, ou uma Psicologia Cultural do Trabalho. In Actas da Conferência "O papel da Orientação para a Educação e a Formação ao Longo da Vida", Departamento da Educação Básica, Departamento do Ensino Secundário, Instituto de Inovação Educacional, Ano Europeu de Educação e Formação ao Longo da Vida, Faculdade de Economia da Universidade do Porto.
- Santos, E R., & Ferreira, J. A. (1998). Career counseling na vocational psychology in Portugal: A political perspective. *Journal of Vocational Behavior*, 52. 312-322.
- Santos, E., Ferreira, J. A., & Chaves, A. (2001). Implications of Sociopolitical Context for Career Service Delivery. *The Career Development Quarterly*, Vol. 50, 1, 45-55

- Santos, E. R., Ferreira, J. A., Blustein, D. L. et al. (2001). A construção de convergências nos sistemas de aconselhamento vocacional e de carreira. *Psychologica*, 26, 161-174.
- Santos, E., & Paixão, M. P. (1995). Espaço e Temporalidade: A Construção da Identidade (Espacio y temporalidad: la construcción de la identidad). *Revista Argentina de Psicopedagogia*, Año 11, nº 37 (2da etapa), Otoño, 2-35.
- Santos, P. J. (2007). *Dificuldades de escolha vocacional*. Coimbra: Edições Almedina, SA.
- Savickas, M. L. (1995). Constructivism counseling for career indecision. *Career Development Quarterly*, 43, 363-363.
- Savickas, M. L. (1997). Constructivism career counselling: Models and methods. In R. Neimeyer & G. Neimeyer (Eds.), *Advances in personal construct psychology*, (Vol. 4) (pp. 149-182). Greenwich, CT: JAI Press.
- Savickas, M. L. (2002). A developmental theory of vocational behaviour. In D. Brown, L. Brooks and Associates (Eds.), *Career choice and development* (4<sup>th</sup> ed.) (pp. 149-205). San Francisco: Jossey Bass.
- Savickas, M. L. (2002). Career Construction: a developmental theory of vocational behaviour. In D. Brown (ds.), *Career Choice and Development*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.
- Savickas, M. L. (2004). Um modelo para avaliação de Carreira. In L. Leitão (Ed.), *Avaliação Psicológica em orientação escolar e profissional*. Coimbra: Quarteto.
- Silva, J. M. T. (1997). *Dimensões da indecisão da carreira: Investigação com adolescentes*. Tese de doutoramento não publicada. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Silva, J. M. T. (2004). Avaliação da indecisão vocacional. In Lígia Maxia Leitão (coordenação), *Avaliação psicológica em orientação escolar e profissional* (pp. 347-386). Coimbra: Quarteto.
- Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper & Row.
- Super, D. E. (1984). *Career and life development*. In D. Brown, L. Brooks and Associates (Eds.), *Career choice and development* (pp. 192-234). San Francisco: Jossey Bass.
- Super, D. E., Savickas, M. L., & Super, C. M. (1996). The life-span, life-span approach to careers. In D. Brown, L. Brooks and Associates (Eds.), *Career choice and development* (3<sup>rd</sup> ed.) (pp. 121-178). San Francisco: Jossey Bass.
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown & L. Brooks Eds.), *Career choice and development: applying contemporary theories to practice*. San Francisco, CA: Jossey Bass.
- Taveira, M. C. (2005). Comportamento e desenvolvimento vocacional da adolescência. In M. C. Taveira (Ed.) *Temas de Psicologia Escolar. Uma proposta científico-pedagógica* (pp. 143-178). Coimbra: Quarteto.
- Vondracek, F. W. (1990). A developmental-contextual approach to career

- development research. In R. A. Young & W. A. Borgen (Eds.), *Methodological approaches to the study of career*. New York: Praeger Publishers.
- Young, R. A., & Valach, L. (1996). Interpretation and action in career counseling. In M. L. Savickas & W. B. Walsh (Eds.), *Handbook of Career Counseling: Theory and Practice*. Palo Alto, CA: davies\_Black.
- Young, R. A., & Valach, L., & Collins, A. (1996). A contextual approach to career. In D. Brown, L. Brooks, & Associates, *Career choice and development*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Young, R. A., & Valach, L., & Collins, A. (2002). A contextualist explanation of career. In D. Brown (Eds.), *Career Choice and Development*. San Francisco, CA: Jossey-Bass Publishers.

## **Anexos**

## **Anexo I**

### **1.1 Apresentação “Ser Pro” – André Sardet**




**“SER PRO”**  
**André Sardet**


A.1.1




➤ **A vida dá tantas voltas**  
**E volta e meia temos que escolher**  
**Fazer da vida uma grande aposta**  
**E querer muito é poder**



➤ **E tu tens tudo nas mãos**  
**Sabes bem que não estás só**  
**Este é o teu momento**  
**Está na hora de SER PRO**




➤ **A vida tem tantas portas**  
**Para abrir ou para fechar**  
**E está tudo numa dessas portas**  
**Basta apenas procurar**




➤ **E tu tens tudo nas mãos**  
**Sabes bem que não estás só**  
**Este é o teu momento**  
**Está na hora de SER MAIS**  
**Está na hora de SER PRO**




➤ **SER PRO é ver**  
**O outro lado mais escondido**




➤ **SER PRO é ver**  
**Que nem tudo o que luz**  
**Às vezes nos seduz**  
**Há em ti esse lado mais PRO**




➤ **Para enfrentar o futuro**  
**A estrada certa é a do saber**  
**Pensa na vida para além de um muro**  
**E querer muito é poder**



➤ **E tu tens tudo nas mãos**  
**Sabes bem que não estás só**  
**Este é o teu momento**  
**Está na hora de SER MAIS**  
**Está na hora de SER PRO**



➤ **SER PRO é ver**  
**O outro lado mais escondido**

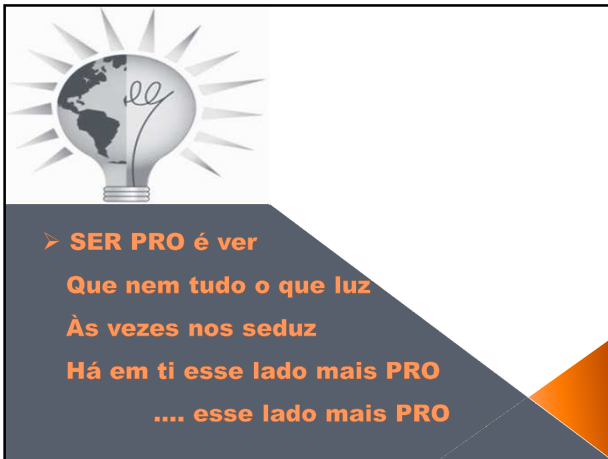


➤ **SER PRO é ver**  
**Que nem tudo o que luz**  
**Às vezes nos seduz**  
**Há em ti esse lado mais PRO**

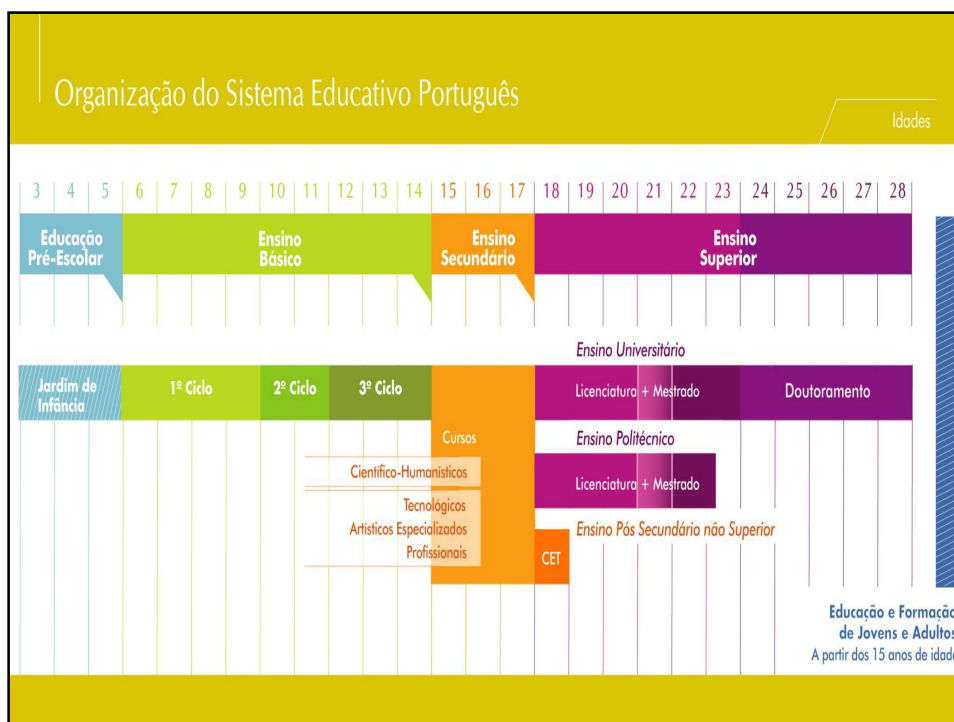
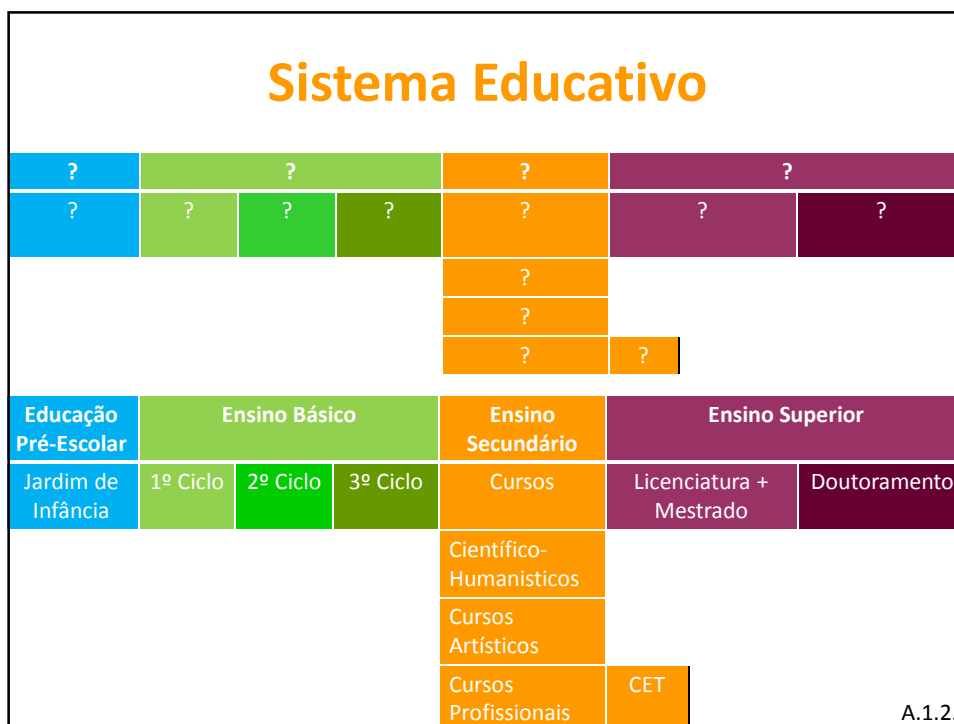


➤ **SER PRO é ver**  
**O outro lado mais escondido**





**Anexo II**  
**1.2 Sistema educativo**



### **Anexo III**

#### **1.3 Orientação Escolar e Profissional**

---

## Orientação Escolar e Profissional

---

As atividades de **Orientação Escolar e Profissional** destinam-se a alunos do 3º ciclo (9º ano), com o objetivo de dar resposta às necessidades sentidas pelos estudantes, pelos pais e encarregados de educação, pelos professores e por todos os que se encontram empenhados numa melhoria qualitativa do sistema de ensino-aprendizagem.

Embora haja alunos que enfrentam a sua escolha vocacional sem grande apreensão, muitos há que se deparam com sérias dificuldades de decisão (associadas a algum desconhecimento sobre as diversas alternativas de que dispõem após o 9º ano de escolaridade) necessitando, por isso, de informação, esclarecimento e apoio.

Inseridas no processo educativo, as atividades de **Orientação Escolar e Profissional** pretendem ajudar os alunos na escolha do seu percurso escolar e/ou profissional.

A **Orientação Vocacional** será dinamizada através do cumprimento de um programa, constituído por sessões de grupo e entrevistas individuais. As sessões de grupo realizar-se-ão semanalmente, no edifício da Escola, segundo horários a estabelecer de acordo com a disponibilidade dos alunos. As entrevistas individuais realizar-se-ão no término das respetivas sessões.

A frequência desta atividade é totalmente voluntária.

As inscrições serão feitas pelos alunos interessados através do preenchimento da respetiva ficha de inscrição.

A Coordenadora dos SPO

---

---

### FICHA DE INSCRIÇÃO

Pretendo inscrever-me nas atividades semanais de Orientação Escolar e Profissional que vão decorrer nesta escola.

Nome do aluno(a): \_\_\_\_\_

Ano: \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_.

Autorizo o meu filho(a) a frequentar as atividades semanais de **Orientação Escolar e Profissional**.

---

(Assinatura do Encarregado de Educação)

**Anexo IV**

**2.1 Ficha individual de Orientação Vocacional**

## FICHA DE ORIENTAÇÃO ESCOLAR E PROFISSIONAL

“CAMINHOS...”



Ano \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

Data de nascimento: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

Residência: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_

Encarregado de Educação: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_

Data do primeiro preenchimento: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**CONFIDENCIAL**





## Preferências escolares

### Ordem de preferência das disciplinas escolares

		Anos de escolaridade							
		5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º
Disciplinas que mais gosta	1º								
	2º								
	3º								
Disciplinas que menos gosta	1º								
	2º								
	3º								

## Eu na Escola

A minha turma é...

Os meus professores são...

Tenho tido facilidade a...

Tenho tido dificuldade...

Costumo estudar...

Para ter boas notas tenho que...

### 3. Tempos livres e projetos

Com os meus pais gosto de...

Com os meus colegas gosto de...

Nos tempos livres gosto de...

Comecei a pensar no futuro...

A maior mudança da minha vida foi...

No ensino secundário...

Quando penso na Universidade...

Sempre quis...

#### Observações:

Saúde: \_\_\_\_\_

Eu sou: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 4. Atividades e profissões

### As minhas áreas preferidas

**1ª Área de atividade...**

Profissões desta área...

O que gosto de fazer nesta área...

**2ª Área de atividade...**

Profissões desta área...

O que gosto de fazer nesta área...

**3ª Área de atividade...**

Profissões desta área...

O que gosto de fazer nesta área...

## 5. Os meus interesses

No meu dia a dia vou demonstrando os meus interesses

**A minha família pensa que:**

Tenho mais interesse por...

Tenho menos interesse por...

**Os meus amigos pensam que:**

Tenho mais interesse por...

Tenho menos interesse por...

**Os meus professores pensam que:**

Tenho mais interesse por...

Tenho menos interesse por...

### O meu perfil imaginário

5.1. Neste momento, as atividades profissionais que me suscitam mais interesse e as que mais se adequam às minhas características são...

➤ Sempre gostei de \_\_\_\_\_

## 6. Os meus valores

No meu dia a dia vou demonstrando o que é importante para mim

### A minha família pensa que:

Valorizo mais...

Valorizo menos...

### Os meus amigos pensam que:

Valorizo mais...

Valorizo menos...

### Os meus professores pensam que:

Valorizo mais...

Valorizo menos...

### O meu perfil imaginário

#### Os meus valores...

O que é mais importante para mim...

1-

2-

3-

O que é menos importante para mim...

1-

2-

3-

➤ O mais importante na vida é \_\_\_\_\_

## 7. As minhas aptidões

No meu dia a dia vou demonstrando as minhas aptidões

### A minha família pensa que:

Tenho mais jeito para...

Tenho menos jeito para...

### Os meus amigos pensam que:

Tenho mais jeito para...

Tenho menos jeito para...

### Os meus professores pensam que:

Tenho mais jeito para...

Tenho menos jeito para...

### O meu perfil imaginário

#### As minhas aptidões...

Tenho aptidões mais elevadas a...

1-

2-

3-

Tenho aptidões menos elevadas a...

1-

2-

3-

➤ Sempre tive jeito para \_\_\_\_\_

## Processo

### 8. Análise dos resultados

#### 8.1. Interesses e Preferências Profissionais

Instrumentos	Perfil
IPP	
COPS	
HOLLAND	
3ºCiclo	

#### BERUFSBILDER – TEST/Outros

Instrumento	Perfil

## 8.2. Personalidade

Instrumento	Perfil

## 8.3. Aptidões (capacidade de aprender ou fazer determinada actividade)

BPRD	NR	VR	SR	AR	MR
Resultados					
Observações					

PMA	CV	CE	RL	CN	FV
Resultados					
Observações					

GATB		
Aptidões	Resultados	Observações
<b>Burocrática:</b> Perceber pormenores, observar diferenças, conferir palavras e encontrar erros		
<b>Numérica:</b> Realizar operações numéricas com rapidez e exactidão		
<b>Espacial:</b> Visualizar, compreender e representar objectos no espaço		
<b>Verbal:</b> Compreender o sentido das palavras		
<b>Perc. Forma:</b> Capacidade para perceber pormenores pertinentes		
<b>Numérica (rac.):</b> Capacidade para resolver problemas e lidar com números		
<b>Percepção da Forma:</b> Discriminação e comparações visuais		
<b>Coordenação Motora:</b> Coordenar o olhar e os movimentos com rapidez		
Grupos de Aptidões	Resultados	Observações
<b>Simbólico:</b> Aprender e realizar tarefas com símbolos. Numéricas (C+R) e verbal		
<b>Perceptivo:</b> Aprender a realizar tarefas com formas, figuras e volumes. Percepção da Forma (U+F) e Espacial		
<b>Burocrático/Motor:</b> Percepção rigorosa de pormenores e movimentos rápidos e precisos. Aptidões Burocrática e Coordenação Motora		



## 9. Sessões de Grupo

Data	Objetivo	Observações/Decisões

## 10. Entrevistas Individuais

Data	Observações/Decisões

## 11. Decisão final do aluno

Penso escolher...	
<input type="checkbox"/>	Curso Científico-Humanísticos: _____
<input type="checkbox"/>	Curso profissional: _____
<input type="checkbox"/>	Outra formação: _____
Não sei o que escolher...	
<input type="checkbox"/>	Estou indeciso entre: _____ e _____

## **Anexos V**

### **3.4.1 Áreas de atividade**






### Atividades e profissões

➤ Pesquisa e preenche a ficha

Áreas	Profissões	Atividades	Locais de trabalho
 <p>Ciência</p>			
 <p>Tecnologia</p>			
 <p>Saúde</p>			
 <p>Agropecuária</p>			
 <p>Desporto</p>			






### Atividades e profissões

➤ Pesquisa e preenche a ficha

Áreas	Profissões	Atividades	Locais de trabalho
 <p>Educação</p>			
 <p>Comunicação</p>			
 <p>Economia e finanças</p>			
 <p>Marketing e publicidade</p>			
 <p>Secretariado</p>			

### Atividades e profissões

➤ Pesquisa e preenche a ficha

Áreas	Profissões	Atividades	Locais de trabalho
 <p>Social</p>			
 <p>Humanidades</p>			
 <p>Justiça e política</p>			
 <p>Artes</p>			
 <p>Segurança</p>			

## **Anexos VI**

### **3.4.2 Guião de entrevista**

---

---

### **Guião de entrevista**

---

A profissão:

1- Porque escolheu esta profissão? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2- Que habilitações são necessárias? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3- Que características uma pessoa deverá desenvolver para exercer esta profissão? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4- Quais as tarefas mais frequentes nesta profissão? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5- Qual o grau de autonomia no seu local de trabalho? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6- Como decorre o seu dia de trabalho? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7- Trabalha com pessoas, com ferramentas, máquinas ou documentos escritos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8- O que mais o atrai nesta profissão? Porquê? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9- O que menos o atrai nesta profissão? Porquê? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10- Quais os aspetos positivos e negativos que identifica nesta profissão? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

11- Qual a procura desta profissão no mercado de trabalho? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

12- Acha que esta profissão é bem paga? \_\_\_\_\_

## **Anexo VII**

### **5.6.1 Áreas do perfil do IPP**



**Áreas de interesses**

Áreas	Atividades	Profissões
<b>Científico-Experimental</b>	Investigar e realizar experiências em diversas áreas da ciência	-Geólogo, biólogo, Botânico -Físico, Químico, Astrónomo -Psicólogo -Matemático, informático, -Analista, etc...
<b>Científico-Técnico</b>	Utilizar conhecimentos científicos na indústria. Projetar e dirigir a construção de edifícios, zonas urbanas ou comerciais, bairros, parques, zonas de recreio, carris ferroviários, pontes, etc. Desenvolver novos produtos: motores, máquinas, aviões, etc.	--Arquitecto --Engenheiro --controlador aéreo --Piloto --etc...
<b>Científico-Sanitário</b>	Atender feridos e doentes para curar ou prevenir as suas doenças. Fazer diagnósticos, prescrever e administrar o tratamento médico e cirúrgico para curar e prevenir doenças de seres humanos e animais. Receitar medicamentos, etc...	- Médico, Cirurgião - Dentista - Enfermeiro -Veterinário -Farmacêutico -Fisioterapeuta -Dietista, etc...
<b>Teórico - Humanista</b>	Realizar estudos e investigações sobre as origens, a evolução, a história e o comportamento do homem como indivíduo e como membro de uma sociedade. Divulgar doutrinas e realizar cerimónias de culto.	-Antropólogo, Arqueólogo, -Sociólogo -Arqueólogo -Historiador -Conservador de museus -Filósofo -Sacerdote...
<b>Literário</b>	Escrever obras de diferentes géneros literários para representação ou publicação. Escrever críticas de obras literárias, artísticas ou musicais. Escrever, preparar e selecionar informações para publicação em jornais e revistas ou para difusão via rádio, televisão.	-Escritor, Poeta, Romancista -Guionista de rádio -televisão ou cinema -Locutor/apresentador (de rádio ou televisão) -Jornalista -Dramaturgo --Autor de letras de canções...

**Áreas de interesses**

Áreas	Atividades	Profissões
<b>Psicopedagógico</b>	Dar aulas a alunos de diversos níveis de ensino. Ensinar pessoas, física ou mentalmente diminuídas. Investigar e aconselhar sobre métodos pedagógicos. Organizar e dirigir atividades educativas em centros escolares. Estudar o comportamento do ser humano e os problemas psicológicos no campo da educação	-Professor de diversos níveis de ensino (do 1º ciclo até ao universitário) -Pedagogo -Educador de infância -Psicólogo escolar -Reeducador de delinquentes e toxicodependentes -Orientador -Diretor de colégio...
<b>Político-Social</b>	Dirigir a política nacional ou participar nela (intervir na elaboração das leis, decretos, etc., na sua transmissão e aprovação). Interpretar as leis para sua integração na política nacional. Dirigir empresas públicas. Ajudar membros da comunidade, tendo em conta fatores económicos e sociais. Administrar a justiça, intervir face aos tribunais representando o Estado ou entidades privadas. Autorizar e registar documentos jurídicos.	--Advogado --Sociólogo --Assistente Social --Diplomata --Político --Notário --Juiz --Assessor Jurídico...
<b>Económico-Empresarial</b>	Planear, organizar, dirigir e controlar atividades de empresas públicas ou privadas e/ou dos seus departamentos nos sectores industriais ou de serviços. Realizar estudos, ou previsões sobre problemas relacionados com a economia do país ou da empresa.	--Economista --Empresário --Gerente de empresa --Diretor bancário --Assessor económico --Diretor financeiro --Assessor fiscal...
<b>Persuasivo-Comercial</b>	Organizar, coordenar e dirigir, por conta dos proprietários, as atividades de empresas ou estabelecimentos dedicados ao comércio, compra e venda de mercadorias, serviços, seguros, etc.	--Diretor de vendas --Agente de seguros --Encarregado de relações públicas --Diretor de empresas turísticas --Agente de espetáculos --Técnico de publicidade...

## Áreas de interesses

Áreas	Atividades	Profissões
<b>Administrativo</b>	Organizar ou realizar o trabalho administrativo normal de um escritório. Registo de operações comerciais ou financeiras, reprodução de textos transmitidos oralmente ou por escrito e utilização de computadores, telefaxes, calculadoras, fotocopiadoras, telefones, etc. Realização de pagamentos e cobranças.	-Operador de computador -Escriturário -Telefonista -Administrativo -Secretário...
<b>Desportivo</b>	Participar em competições desportivas. Treinar ou preparar desportistas para melhorar o seu rendimento, o conhecimento e a técnica desportiva. Zelar para que se cumpra o regulamento desportivo.	-Árbitro de competições desportivas -Atleta, Ciclista -Jogador de futebol, basquete e outros... -Treinador -Preparador físico -Professor de educação física...
<b>Agropecuário</b>	Dirigir explorações agrícolas ou pesca. Cultivar o campo. Criar animais. Cuidar e explorar as florestas. Dedicar-se à pesca em rios ou no mar.	--Agricultor --Ganadeiro --Engenheiro agrônomo --Pastor --Pescador --Jardineiro --Criador de aves ou de outro tipo de animais...
<b>Artístico-Musical</b>	Compor, dirigir ou interpretar obras musicais no teatro, cinema, rádio, televisão, etc. Cantar como solista ou como membro de um grupo musical. Criar coreografias para ballet ou espectáculos musicais. Dançar a solo, aos pares ou como membro de um grupo de dança.	-Compositor e cantor de música moderna -Autor e intérprete de canções -Cantor de ópera -Diretor de orquestra e coro -Pianista, Violinista -Bailarino, Coreógrafo --Actor...

## Áreas de interesses

Áreas	Atividades	Profissões
<b>Artístico-Plástico</b>	Criar ou realizar obras artísticas de escultura, pintura, desenho ou gravação. Restaurar obras de arte. Desenhar objetos para decorar casas, teatros, edifícios públicos, etc. Ilustrar livros, revistas ou folhetos. Fotografar pessoas, animais, paisagens ou objetos para publicação ou publicidade.	-Pintor, Desenhador, Escultor --Restaurador de obras de arte --Decorador --Ilustrador de livros --Cenógrafo cinematográfico ou teatral --Fotógrafo, Operador de câmara e Fotógrafo de publicidade...
<b>Militar-Segurança</b>	Pertencer aos corpos militares terrestres, navais ou aéreos. Prestar serviço em estabelecimentos militares. Realizar funções de proteção, segurança e vigilância. Proteger pessoas e evitar violações da lei.	--Militar --Oficial da Armada --Polícia. Oficial do Exército --Segurança...
<b>Aventura-Risco</b>	Fazer viagens ou explorações arriscadas: voos espaciais, descidas a grutas, explorações submarinas, etc. Domar animais selvagens. Participar em corridas de carros ou motos.	--Astronauta --Espeleólogo --Explorador --Piloto de corridas --Domador --Toureiro --Detetive...
<b>Mecânico-Manual</b>	Construir ou reparar utensílios ou objetos usando ferramentas manuais ou máquinas. Montar, manter ou reparar instalações ou aparelhos elétricos. Construir ou reparar edifícios. Colocar azulejos. Instalar tubos para gás e água. Confecionar tecidos ou roupa à mão ou à máquina.	--Construtor de instrumentos musicais --Modista --Relojoeiro --Sapateiro --Ceramista --Joalheiro --Pedreiro --Eletricista...

## **Anexo VIII**

### **8.1 Os seis tipos da tipologia de Holland**

<b>Síntese descritiva dos seis tipos de pessoas e profissões</b> (Peterson et al., 1991; Ferreira, 1991; cit. Por Hood & Ferreira, 1993)		
<b>Tipos</b>	<b>Caraterísticas da Personalidade</b>	<b>Ambientes Profissionais</b>
<b>Realista</b>	<p>Preferência por atividades objetivas, práticas, físicas e ordenadas que implicam pensamento prático, força física e coordenação motora e manipulação sistemática de objetos, ferramentas, máquinas ou animais.</p> <p>Perceciona-se com competências mecânicas e atléticas, em detrimento do relacionamento interpessoal e trabalho em equipa</p>	<p>Tarefas concretas, específicas e explícitas de natureza mecânica ou física, que implicam uma resposta comportamental imediata.</p> <p>Exemplos: mecânico, carpinteiro, eletricitista, agricultor, canalizador, inspetor de obras, camionista.</p>
<b>Investigador</b>	<p>Preferência por atividades intelectuais e académicas, de compreensão de fenómenos físicos, biológicos e culturais.</p> <p>Perceciona-se com competências de âmbito intelectual, analíticas e inventivas, em detrimento de respostas concretas aos problemas</p>	<p>Tarefas que requerem respostas pensadas, que implicam capacidades abstratas, criativas e científicas.</p> <p>Exemplos: biólogo, médico, farmacêutico, programador de computadores, dentista, paramédico, veterinário.</p>
<b>Artístico</b>	<p>Preferência por atividades ambíguas e não sistematizadas, de âmbito musical, artístico, literário ou dramático, que implicam expressão de sentimentos e estados emocionais, em detrimento de atividades sistematizadas.</p> <p>Perceciona-se com competências criativas</p>	<p>Tarefas não sistemáticas, criativas e interpretativas (de sentimentos, ideias e factos), para criar formas ou produtos de arte, que apelam à individualidade e a respostas imaginativas.</p> <p>Exemplos: arquiteto, artista gráfico, bibliotecário, músico, fotógrafo, jornalista, ator.</p>
<b>Social</b>	<p>Preferência por atividades sociais e de saúde, isto é, de ensino, ajuda, ou prestação de informação a outras pessoas, que implicam cooperação e humanidade, em detrimento da solução de problemas intelectuais, especialmente os que apelam a aptidões matemáticas.</p> <p>Perceciona-se com competências verbais e de socialização bastante desenvolvidas.</p>	<p>Tarefas que implicam interpretação e modificação do comportamento e interesse pelo desenvolvimento humano.</p> <p>Exemplos: professor de ensino básico, enfermeiro, psicólogo/conselheiro de orientação, fisioterapeuta, assistente social, terapeuta da fala, professor de educação especial.</p>
<b>Empreendedor</b>	<p>Preferência por atividades que implicam persuasão, supervisão, poder, liderança ou manipulação de outras pessoas.</p> <p>Perceciona-se com competências verbais para dirigir, liderar, supervisionar e planear atividades.</p>	<p>Tarefas que exigem liderança para fins políticos, organizacionais ou económicos.</p> <p>Exemplos: agente de seguros, diretor hoteleiro, gestor de empresas, agente imobiliário, gestor de loja, agente de viagens, vendedor.</p>
<b>Convencional</b>	<p>Preferência por atividades sistematizadas, relacionadas com o computador e manipulação de dados, em detrimento de tarefas pouco sistematizadas, espontâneas ou que apelem a capacidades artísticas.</p> <p>Perceciona-se com competências matemáticas ou de secretariado.</p>	<p>Tarefas que exigem respostas concretas, sistemáticas e rotineiras, relacionadas com o tratamento informático de dados matemáticos ou verbais.</p> <p>Exemplos: contabilista, gerente bancário, caixa, gestor de conta, secretário(a), analista financeiro, bancário.</p>

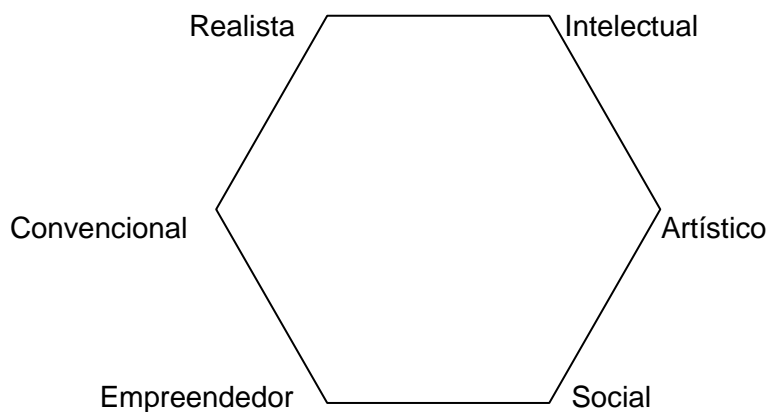


**Anexo IX**  
**8.2 Atribuições imaginárias**

Imagina que no teu primeiro dia de trabalho terias que escolher um de seis grupos, em que cada um desempenharia funções diferentes. Com que grupo de pessoas escolherias trabalhar?



1º grupo: \_\_\_\_\_ 2º grupo: \_\_\_\_\_ 3º grupo: \_\_\_\_\_



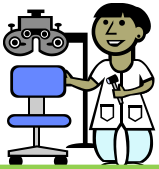
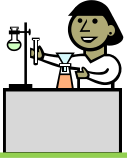
- Realista: Lidar com coisas ou objetos, máquinas, trabalhar fora de casa, em atividades de caráter técnico.
- Intelectual: Lidar com ideias, conceitos abstratos, trabalhar em atividades científicas.
- Convencional: Lidar com dados, trabalhar em atividades de gestão, contabilidade, secretariado, etc...
- Artístico: Lidar com objetos, materiais e ideias, trabalhar em atividades artísticas como desenho, pintura, música, literatura, decoração, publicidade, etc...
- Empreendedor: Lidar com pessoas e produtos, trabalhar em atividades que implicam influenciar os outros através de objetivos positivos, como vendas, gestão, etc...
- Social: Lidar com pessoas, trabalhar em atividades como ajudar, servir, ensinar, aconselhar e cuidar dos outros.

Nome: \_\_\_\_\_ Ano/Turma: \_\_\_\_\_

**Anexo X**  
**8.3 Perfis**



Reflexão – Identificação de perfis

<p><b>Pedro</b></p> <p><b>Realista</b></p>  <p><b>Sou:</b> Prático Habilidoso Observador</p> <p><b>Gosto de:</b> Mexer em máquinas Fazer reparações Contactar com a Natureza Tratar de animais</p> <p><b>Tenho boas notas a:</b> Físico-Química Desenho Matemática</p>	<p>Exemplos de profissões:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Mecânico</li><li>Dentista</li><li>Soldador</li><li>Eletricista</li><li>Engenheiro</li><li>Veterinário</li></ul>
<p><b>Maria</b></p> <p><b>Intelectual</b></p>  <p><b>Sou:</b> Curiosa Rigorosa Prudente Crítica</p> <p><b>Gosto de:</b> Saber o porquê das coisas Observar os fenómenos naturais</p> <p><b>Tenho boas notas a:</b> Ciências Naturais Físico-Química Matemática</p>	<p>Exemplos de profissões:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Bióloga</li><li>Nutricionista</li><li>Engenheira Agrónoma</li><li>Técnica de análises</li><li>Biotecnóloga</li></ul>

## Joana

### Artístico



Sou: Expressiva  
Imaginativa  
Original  
Creativa

Gosto de: Fazer teatro  
Pintar  
Desenhar  
Fazer poesia

Tenho boas notas a: Educação visual  
Educação tecnológica  
Educação musical  
História

#### Exemplos de profissões:

Atriz  
Bailarina  
Escultora  
Arquiteta  
Decoradora  
Pintora  
Realizadora

## Miguel

### Social



Sou: Comunicativo  
Compreensivo  
Devotado  
Simpático

Gosto de: Ajudar as pessoas  
Ensinar  
Tratar de crianças

Tenho boas notas a:  
Ciências Humanas e Sociais  
História  
Geografia

#### Exemplos de profissões:

Enfermeiro  
Guia-Intérprete  
Rececionista  
Sociólogo  
Educador de Infância  
Comissário de Bordo  
Barman  
Médico

## Daniel

### Empreendedor



Sou: Ativo  
Responsável  
Persuasivo  
Seguro

Gosto de: Vender e comprar  
Falar em público  
Influenciar as pessoas

Tenho boas notas a:  
Português  
Inglês  
Ciências Humanas e Sociais  
História

Exemplos de profissões:  
Vendedor  
Advogado  
Diretor de Hotel  
Agente de Seguros  
Inspetor

## Ana

### Convencional



Sou: Metódica  
Preciosa  
Pontual  
Eficaz

Gosto de: Ter método  
Ter tudo em ordem  
Saber onde arrumar as  
minhas coisas

Tenho boas notas a:  
Matemática  
Português  
Francês  
Inglês

Exemplos de profissões:  
Empregada Bancária  
Contabilista  
Documentalista  
Secretária  
Redatora  
Agente de Viagens

## **Anexo XI**

### **9.1 Ficha de cursos científicos-humanísticos**

Cursos e disciplinas do ensino secundário

Curso Cientifico-humanistico

Objetivos: \_\_\_\_\_

Disciplinas: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ -

Saídas: \_\_\_\_\_

Curso Cientifico-humanistico

Objetivos: \_\_\_\_\_

Disciplinas: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ -

Saídas: \_\_\_\_\_

Curso Científico-humanístico

Objetivos: \_\_\_\_\_

Disciplinas: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ -

Saídas: \_\_\_\_\_

Curso Científico-humanístico

Objetivos: \_\_\_\_\_

Disciplinas: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ -

Saídas: \_\_\_\_\_

**Anexo XII**  
**10.1 Autobiografia**

---

### Autobiografia

Propomos que entres numa pequena viagem no tempo, onde serás o guia e na qual te vais redescobrir.

O importante é poderes refletir sobre os aspetos vocacionais de maior referência na tua vida, quais as profissões em que já pensaste, dúvidas e obstáculos que te surgiram.

Elabora um pequeno texto referente a três momentos abaixo descritos.

Desde pequeno até agora...

Daqui a cinco anos gostaria de...

Daqui a dez anos gostaria de...



**Anexo XIII**  
**10.2 Ilustração vocacional**

### **Ilustração vocacional**

Para ajudar na tua reflexão vocacional, ilustra (desenha) o contexto ou os contextos profissionais em que te imaginas a trabalhar...

**Anexo XIV**

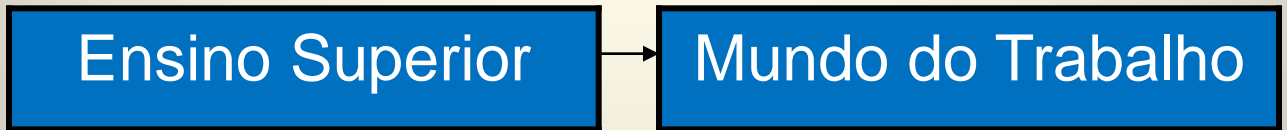
**14.1 Oferta formativa – ensino secundário**

# Oferta Formativa do Ensino Secundário \*



Cursos Científico - Humanísticos  
Cursos Profissionais  
Cursos Artísticos  
Ensino Vocacional

Cursos Científico - Humanísticos



Ciências e Tecnologias
Ciências Socioeconómicas
Línguas e Humanidades
Artes Visuais

12º
11º
10º

12º
11º
10º

Máquinas
Tecnologia
Artes
Artes Visuais
Pessoas
Gestão e Serviços

CEF - Tipo 2 - Tipo 3
Ensino Vocacional

9º
8º
7º
6º
5º
4º
3º
2º
1º

Cursos Artísticos, Profissionais e Vocacionais

# Modalidades de Formação

- **Cursos científico-humanísticos**
- **Cursos Profissionais**
- **Cursos do Ensino Artístico Especializado**
- **Cursos Vocacionais**

•

# CURSOS CIENTÍFICO-HUMANÍSTICOS

Vocacionados para prosseguir estudos de nível superior

<b>Matriz curricular</b>	<b>Cursos</b>
<b>Componente de Formação geral</b> (As disciplinas são iguais em todos os cursos)	<b>Ciências e Tecnologias</b> <b>Ciências Sócio -</b> <b>Económicas</b> <b>Línguas e Humanidades</b> <b>Artes Visuais</b>
<b>Componente de Formação Específica</b> (As disciplinas mudam consoante o curso)	

# Ciências e Tecnologias

Componentes de Formação	Disciplinas	Carga Horária Semanal (x 45 minutos)		
		10º	11º	12º
<b>Geral</b>	Português Língua Estrangeira I, II ou III (a) Filosofia Educação Física	4 4 4 4	4 4 4 4	5 - - 4
<b>Sub Total</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>9</b>
<b>Específica</b>	Matemática A	6	6	6
	Opções b) _____ Física e Química A	7	7	-
	Biologia e Geologia	7	7	-
	Geometria Descritiva A	6	6	-
	Opções c) _____ Biologia	-	-	4
	Física			
	Química			
	Geologia			
	Opções d) _____ Antropologia (e)	-	-	4
	Aplicações Informáticas B (e)			
	Ciência Política (e)			
	Clássicos da Literatura (e)			
	Direito (e)			
	Economia C (e)			
	Filosofia A (e)			
	Geografia C (e)			
	Língua Estrangeira I, II ou III (e) (*)			
	Psicologia B (e)			
<b>Sub Total</b>		<b>19 a 20</b>	<b>19 a 20</b>	<b>14</b>
	Educação Moral e Religiosa (facultativa)	(2)	(2)	(2)
<b>Total</b>		<b>35 a 38</b>	<b>35 a 38</b>	<b>23-25</b>



# Ciências Sócio - Económicas

Componentes de Formação	Disciplinas	Carga Horária Semanal (x 45 minutos)		
		10º	11º	12º
<b>Geral</b>	Português Língua Estrangeira I, II ou III (a) Filosofia Educação Física	4 4 4 4	4 4 4 4	5 - - 4
<b>Sub Total</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>9</b>
<b>Específica</b>	Matemática A  Opções b) _____ Economia A Geografia A História B  Opções c) _____ Economia C Geografia C Sociologia  Opções d) _____ Antropologia (e) Aplicações Informáticas B (e) Ciência Política (e) Clássicos da Literatura (e) Direito (e) Economia C (e) Filosofia A (e) Geografia C (e) Língua Estrangeira I, II ou III (e) (*) Psicologia B (e)	6  6 6 6  -  -  -  -  -  -	6  6 6 6  -  -  -  -  -	6  - - -  4  4  4  4  4  4
<b>Sub Total</b>		<b>18</b>	<b>18</b>	<b>14</b>
	Educação Moral e Religiosa (facultativa)	(2)	(2)	(2)
<b>Total</b>		<b>34-36</b>	<b>34-36</b>	<b>23-25</b>

# Línguas e Humanidades

Componentes de Formação	Disciplinas	Carga Horária Semanal (x 45 minutos)		
		10º	11º	12º
<b>Geral</b>	Português Língua Estrangeira I , II ou III (a) Filosofia Educação Física	4 4 4 4	4 4 4 4	5 - - 4
<b>Sub Total</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>9</b>
<b>Específica</b>	História A	6	6	6
	Opções b) _____ Geografia A	6	6	-
	Latim A	6	6	-
	Língua Estrangeira	7	7	-
	Literatura Portuguesa	6	6	-
	Matem. Aplicada às Ciênc. Sociais	6	6	-
	Opções c) _____ Filosofia A	-	-	4
	Geografia C			
	Latim B			
	Língua Estrangeira			
	Literatura de Língua Portuguesa			
	Psicologia B			
	Sociologia			
	Opções d) _____ Antropologia (e)	-	-	4
	Aplicações Informáticas B (e)			
	Ciência Política (e)			
	Clássicos da Literatura (e)			
	Direito (e)			
	Economia C (e)			
<b>Sub Total</b>		<b>18-19</b>	<b>18-19</b>	<b>14</b>
	Educação Moral e Religiosa (facultativa)	(2)	(2)	(2)
<b>Total</b>		<b>34-37</b>	<b>34-37</b>	<b>23-25</b>

# Artes Visuais

Componentes de Formação	Disciplinas	Carga Horária Semanal (x45minutos)		
		10º	11º	12º
<b>Geral</b>	Português Língua Estrangeira I, II ou III (a) Filosofia Educação Física	4 4 4 4	4 4 4 4	5 - - 4
<b>Sub Total</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>9</b>
<b>Específica</b>	Desenho A	6	6	6
	Opções b) _____ Geometria Descritiva A	6	6	-
	Matemática B	6	6	-
	História da Cultura e das Artes	6	6	-
	Opções c) _____ Oficina de Artes	-	-	4
	Oficina Multimédia B			
	Materiais e Tecnologias			
	Opções d) _____ Antropologia (e)	-	-	4
	Aplicações Informáticas B (e)			
	Ciência Política (e)			
	Clássicos da Literatura (e)			
	Direito (e)			
	Economia C (e)			
	Filosofia A (e)			
	Geografia C (e)			
	Língua Estrangeira I, II ou III (e) (*)			
	Psicologia B (e)			
<b>Sub Total</b>		<b>18</b>	<b>18</b>	<b>14</b>
	Educação Moral e Religiosa (g)	(2)	(2)	(2)
<b>Total</b>		<b>34-36</b>	<b>34-36</b>	<b>24-26</b>

# **CURSOS do Ensino Artístico Especializado**

- **formação nas áreas**
  - da dança,
  - da música
  - das artes visuais e dos audiovisuais.
- **cursos de nível secundário com a duração de 3 anos lectivos, correspondentes aos 10.º, 11.º e 12.º anos de escolaridade.**
- **Estes cursos estão orientados numa dupla perspetiva:**
  - o prosseguimento de estudos em cursos de especialização tecnológica ou de ensino superior
  - a inserção no mundo do trabalho.

# CURSOS PROFISSIONAIS

<b>O que são?</b>	<p>São uma modalidade de educação, inserida no ensino secundário, que está muito ligada com o mundo profissional. Valoriza-se o desenvolvimento de competências para o exercício de uma profissão, em articulação com o sector empresarial da zona.</p>
<b>Para Quem?</b>	<p>Estes cursos destinam-se a todos os alunos que se encontrem nas seguintes condições: tenham concluído o 9º ano de escolaridade e que procurem um ensino mais prático e voltado para o mundo do trabalho.</p>
<b>Certificação?</b>	<p>A conclusão de um curso profissional confere um diploma de ensino secundário e um certificado de qualificação profissional de nível 3. O diploma de ensino secundário e o certificado de qualificação permitem o ingresso em cursos de especialização tecnológica (nível 4) e o acesso ao ensino superior.</p>

# CURSOS PROFISSIONAIS

<b>Matriz curricular</b>		
<b>Componente de Formação</b>	<b>Disciplinas</b>	<b>Total de Horas a) (Ciclo de Formação)</b>
<b>Sociocultural</b>	Português Língua Estrangeira I, II ou II b) Área de Integração Tecnologias Informação e Comunicação Educação Física	320 220 220 100 140
<b>Sub total</b>		<b>1000</b>
<b>Científica</b>	2 a 3 disciplinas c)	<b>500</b>
<b>Técnica</b>	3 a 4 disciplinas Formação em contexto de trabalho e)	1180 420
<b>Sub total</b>		<b>2100</b>
<b>Total de Horas/curso</b>		<b>3100</b>

# **CURSOS VOCACIONAIS**

- ❖ Esta modalidade de formação pretende responder às necessidades fundamentais dos alunos e assegurar a inclusão de todos no percurso escolar. Deve garantir a igualdade efetiva de oportunidades, consagrando alternativas adequadas e flexíveis, que preparem os jovens para a vida, dotando-os de ferramentas que lhes permitam vir a enfrentar o futuro, e conseqüentemente os desafios do mercado de trabalho.
- ❖ Estes cursos devem ter uma duração flexível, adaptada ao perfil de conhecimentos do conjunto de alunos que constituem o curso. A escola deve ter um grau elevado de autonomia para promover as especificidades dos públicos alvo, desde que cumpridas as metas e perfis de saída.

**Anexo XV**

**14.2 Oferta formativa – Concelho**



# Oferta Formativa

Ensino Secundário



Pombal

# AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE POMBAL

## CURSOS CIENTÍFICO – HUMANÍSTICOS

- 👉 Ciências e Tecnologias
- 👉 Ciências Socioeconómicas
- 👉 Línguas e Humanidades
- 👉 Artes Visuais

## CURSOS PROFISSIONAIS

- 👉 Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores
- 👉 Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos
- 👉 Técnico de Gestão do Ambiente
- 👉 Técnico de Secretariado
- 👉 Técnico de Restauração – Variante Restaurante/Bar

# Cursos Profissionais

## Eletrónica, Automação e Computadores

## Gestão de Equipamentos Informáticos

### Formação Geral

Português	320h
Língua Estrangeira / Inglês	220h
Área de Integração	220h
Educação Física	140h
TIC – Tecnologias de Informação Comunicação	100h

### Formação Científica

Matemática	300h	Matemática	300h
Física e Química	200h	Física e Química	200h

### Formação Técnica

Eletricidade e Eletrónica	312h	Eletrónica Fundamental	258h
Tecnologias Aplicadas	210h	Comunicação de Dados	216h
Sistemas Digitais	222h	Sistemas Digitais e Arquitetura de Computadores	406h
Automação e Computadores	436h	Instalação e Manutenção de Equipamentos Informáticos	300h

**Prova de Aptidão Profissional**

12º

**Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)**

11º / 12º

# Cursos Profissionais

Restauração – Variante Restaurante / Bar		Gestão do Ambiente		Secretariado		
<b>Formação Geral</b>	Português				320h	
	Língua Estrangeira / Inglês				220h	
	Área de Integração				220h	
	Educação Física				140h	
	TIC – Tecnologias de Informação Comunicação				100h	
<b>Formação Científica</b>	Matemática	200h	Matemática	200h	Matemática	100h
	Psicologia	100h	Física e Química	150h	Economia	200h
	Economia	200h	Biologia e Geologia	150h	Psicologia e Sociologia	200h
<b>Formação Técnica</b>	Tecnologia Alimentar	140h	Ordenamento do Território	220h	Técnicas de Secretariado	680h
	Gestão e Controlo	140h	Conservação da Natureza	300h	Comunicar em Francês/ Espanhol	220h
	Comunicar em Francês / Espanhol	90h	Qualidade Ambiental	146h	Legislação Comercial, Fiscal e Laboral	140h
	Serviço Restaurante/Bar	810h	Projetos em Ambiente	514h	Téc. Calculo e Contabilidade	140h

**Prova de Aptidão Profissional** 12º

**Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)** 11º / 12º

# ETAP

## CURSOS PROFISSIONAIS

- 👉 Técnico de Manutenção Industrial / Mecatrónica Automóvel
- 👉 Técnico de Mecatrónica
- 👉 Técnico Auxiliar de Saúde
- 👉 Técnico de Turismo
- 👉 Técnico de Marketing

# Cursos Profissionais

## Manutenção Industrial/ Mecatrónica Automóvel

## Mecatrónica

### Formação Geral

Português	320h
Língua Estrangeira / Inglês	220h
Área de Integração	220h
Educação Física	140h
TIC – Tecnologias de Informação Comunicação	100h

### Formação Científica

Matemática	300h	Matemática	300h
Física e Química	200h	Física e Química	200h

### Formação Técnica

Tecnologia e Processos	410h	Tecnologia e Processos	410h
Organização Industrial	120h	Organização Industrial	120h
Desenho Técnico	170h	Desenho Técnico	170h
Práticas Oficiais	480h	Práticas Oficiais	480h

**Prova de Aptidão Profissional**

12<sup>o</sup>

**Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)**

420h

# Cursos Profissionais

**Auxiliar de Saúde**

**Marketing**

**Turismo**

**Formação Geral**

Português	320h
Língua Estrangeira / Inglês	220h
Área de Integração	220h
Educação Física	140h
TIC – Tecnologias de Informação Comunicação	100h

**Formação Científica**

Matemática	200h	Matemática	300h	Geografia	200h
Física e Química	150h	Economia	200h	História da Cultura e das Artes	200h
Biologia	150h	-----		Matemática	100h

**Formação Técnica**

Saúde	355h	Marketing	420h	Comunicar em Inglês	180h
Gestão e Org. Serviços e Cuidados de saúde	200h	Comunicação	280h	Turismo-Informação e Animação Turística	402h
Comunicação e Relações Interpessoais	175h	Comportamento Consumidor	240h	Téc. Comunicação em Acolhimento Turístico	240h
Higiene, Segurança e Cuidados Gerais	450h	Gestão Empresarial	240h	Operações Técnicas em Empresas Turísticas	358h

**Prova de Aptidão Profissional**

12º

**Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)**

420h

# COLÉGIO JOÃO DE BARROS

## CURSOS CIENTÍFICO – HUMANÍSTICOS

👉 Ciências e Tecnologias

## CURSOS PROFISSIONAIS

👉 Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos

👉 Técnico de Multimédia



# Cursos Profissionais

## Gestão de Sistemas Informáticos

## Multimédia

### Formação Geral

Português	320h
Língua Estrangeira / Inglês	220h
Área de Integração	220h
Educação Física	140h
TIC – Tecnologias de Informação Comunicação	100h

### Formação Científica

Matemática	300h	História e Cultura das Arte	200h
Física e Química	200h	Matemática	200h
		Física	100h

### Formação Técnica

Sistemas Operativos	144h	Sistemas de Informação	210h
Arquitetura de Computadores	152h	Design, Comunicação e Audiovisuais	350h
Redes de Comunicação	252h	Técnicas de Multimédia	480h
Programação e Sistemas de Informação	630h	Projeto e Comunicação Multimédia	140h

**Prova de Aptidão Profissional**

12<sup>o</sup>

**Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)**

420h

# INSTITUTO D. JOÃO V

## CURSOS CIENTÍFICO – HUMANÍSTICOS

- 👉 Ciências e Tecnologias
- 👉 Línguas e Humanidades
- 👉 Artes Visuais

## CURSOS PROFISSIONAIS

- 👉 Técnico de Informática de Gestão
- 👉 Técnico de Multimédia

# Cursos Profissionais

	Informática de Gestão		Multimédia	
Formação Geral	Português		320h	
	Língua Estrangeira / Inglês		220h	
	Área de Integração		220h	
	Educação Física		140h	
	TIC – Tecnologias de Informação Comunicação		100h	
Formação Científica	Matemática	300h	História e Cultura das Arte	200h
	Física e Química	200h	Matemática	200h
			Física	100h
Formação Técnica	Linguagens de Programação	458h	Sistemas de Informação	210h
	Organização de Empresas e aplicações de Gestão	287h	Design, Comunicação e Audiovisuais	350h
	Sistemas de Informação	252h	Técnicas de Multimédia	480h
	Aplicações Informáticas e Sistemas de Exploração	183h	Projeto e Comunicação Multimédia	140h
		Prova de Aptidão Profissional		12 <sup>o</sup>
		Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)		420h

# COLÉGIO CIDADE DE RODA

## CURSOS CIENTÍFICO – HUMANÍSTICOS

- ☞ Ciências e Tecnologias
- ☞ Ciências Socioeconómicas
- ☞ Línguas e Humanidades

## CURSOS PROFISSIONAIS

- ☞ Técnico de Restauração – Variante de Cozinha/Pastelaria

# Cursos Profissionais

## Restauração – Cozinha/Pastelaria

### Formação Geral

Português	320h
Língua Estrangeira / Inglês	220h
Área de Integração	220h
Educação Física	140h
TIC – Tecnologias de Informação Comunicação	100h

### Formação Científica

Economia	200h
Matemática	200h
Psicologia	100h

### Formação Técnica

Tecnologia Alimentar	140h
Gestão e Controlo	140h
Comunicar em Inglês, Francês/Espanhol	90h
Serviços de Cozinha Pastelaria	810h

**Prova de Aptidão Profissional**

12<sup>o</sup>

**Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)**

420h

# AGRUPAMENTO DE ESCOLA DE GUIA

## CURSOS CIENTÍFICO – HUMANÍSTICOS

👉 Ciências e Tecnologias

## CURSOS PROFISSIONAIS

👉 Técnico de Gestão

👉 Técnico de Multimédia

👉 Técnico de Restauração – Variante Restaurante/Bar

# Cursos Profissionais

		<b>Gestão</b>		<b>Multimédia</b>		<b>Restauração – Variante Restaurante / Bar</b>		
<b>Formação Geral</b>			<b>Português</b>				<b>320h</b>	
			<b>Língua Estrangeira / Inglês</b>				<b>220h</b>	
			<b>Área de Integração</b>				<b>220h</b>	
			<b>Educação Física</b>				<b>140h</b>	
			<b>TIC – Tecnologias de Informação Comunicação</b>				<b>100h</b>	
<b>Formação Científica</b>	<b>Matemática</b>	<b>200h</b>	<b>História, Cultura das Artes</b>		<b>200h</b>	<b>Matemática</b>	<b>200h</b>	
	<b>Economia</b>	<b>200h</b>	<b>Matemática</b>		<b>200h</b>	<b>Psicologia</b>	<b>100h</b>	
	-----		<b>Física</b>		<b>100h</b>	<b>Economia</b>	<b>200h</b>	
<b>Formação Técnica</b>	<b>Gestão</b>		<b>500h</b>	<b>Sistemas de Informação</b>		<b>210h</b>	<b>Tecnologia Alimentar</b>	<b>140h</b>
	<b>Contabilidade e Fiscalidade</b>		<b>450h</b>	<b>Design, Comunicação e Audiovisuais</b>		<b>350h</b>	<b>Gestão e Controlo</b>	<b>140h</b>
	<b>Direito das Organizações</b>		<b>130h</b>	<b>Técnicas de Multimédia</b>		<b>480h</b>	<b>Comunicar em Francês / Espanhol</b>	<b>90h</b>
	<b>Cálculo Financeiro e Estatística Aplicada</b>		<b>100h</b>	<b>Projeto e Comunicação Multimédia</b>		<b>140h</b>	<b>Serviço Restaurante/Bar</b>	<b>810h</b>
		<b>Prova de Aptidão Profissional</b>				<b>12º</b>		
		<b>Formação em Contexto de Trabalho (Estágio)</b>				<b>11º / 12º</b>		

**Anexo XVI**

**16.1 Tomada de decisão**



## Anexo 16.1

### Situação do João

O João é um aluno do 9º ano que frequentou o programa de orientação escolar e profissional.

Ao longo do seu percurso escolar tem sentido frequentemente muitas dificuldades em todas as disciplinas, necessitando de estudar muito para tirar positiva. Mas como é trabalhador, nunca reprovou.

Sempre preferiu atividades que exijam exatidão e precisão e gosta de utilizar ferramentas e máquinas. Constrói frequentemente maquetes de aviões, carros e comboios que guarda na sua coleção. Já reparou uma vez com sucesso um rádio avariado e sabe consertar tomadas e fichas elétricas.

Na escola prefere a disciplina de educação tecnológica e de educação física e refere gostar menos de matemática e de química.

Na bateria de Provas de Raciocínio diferencial o João obteve os seguintes resultados: Raciocínio mecânico acima da média, raciocínio numérico baixo da média e resultados médios nas restantes provas.

Através do teste de interesses profissionais COPS, o João demonstrou preferir a área da tecnologia – preparação superior, seguida pela área da tecnologia – preparação técnica, sendo a diferença em relação às restantes áreas bastante significativa. No IPP obteve resultados mais elevados nos interesses mecânico-manuais e nas tecnologias.

Desde pequeno que sonha desempenhar uma profissão bem remunerada, com grande prestígio, de forma que os seus pais se orgulhem de si. Este ano, através da informação disponibilizada, soube como concretizar o seu desejo – sendo Engº Eletrotécnico.

Perante a informação disponibilizada percebeu que poderia pensar em duas alternativas, uma mais teórica, de prosseguimento de estudos, as ciências e tecnologias e outra uma alternativa profissionalizante, mais prática um curso profissional relacionado com a área – eletrónica.

Os pais gostavam que fosse engenheiro, e pensam que devia apostar tudo nesse sentido, continuando a esforçar-se muito como até agora. Por outro lado, a escolha de uma formação profissional implicam mudar de escola e deixar os amigos.

Um grupo de colegas anda também a tentar influenciá-lo no sentido de tomar a mesma decisão que eles – Economia, pois segundo dizem é mais fácil.

O João não sabe o que escolher...

**Se fosses tu o que farias?**

**Porquê?**

### Situação - Cláudia

Desde muito nova que a Cláudia gosta de mexer na caixa de ferramentas lá de casa, abrir eletrodomésticos para ver como funcionam, procurar reparar aqueles que se avariaram (embora, diga-se a verdade, muitas vezes lhe sobrem algumas peças no final). Nas férias, ia, frequentemente, para a oficina de um tio ajudá-lo nos pequenos consertos que este fazia.

Chegada ao 9º ano, a Cláudia logo decidiu que continuaria a estudar e não teve dúvidas quanto à sua escolha – um curso profissional na área da mecânica ou da eletrónica.

Aí, começaram os problemas da Cláudia, os pais acham que esse tipo de curso não é o mais adequado para uma rapariga e, além disso, gostariam que a filha optasse por uma área de prosseguimento de estudo, científico-humanísticos e continuasse os seus estudos no ensino superior para vir a ser professora.

Cláudia gosta muito dos pais e não os quer desapontar mas, ao mesmo tempo, sente que a escolha mais acertada para si não é essa...

### Situação - Carlos

O Carlos tem um grupo de amigos que conhece desde miúdo. Moram perto uns dos outros, frequentam a mesma escola e a mesma turma, partilham jogos, sonhos e aventuras...

Chegados ao 9ºano, todos fazem planos para o futuro. O Pedro quer estudar medicina, o João quer ser engenheiro como o seu pai, o Paulo biólogo e o Carlos...esse, ainda não tem certezas nenhuma...o seu irmão frequenta o curso profissional de informática e ele também tem bastante interesse por essa área. Por outro lado, o pai acha que é mais seguro para ele optar por um curso profissional porque, como não tem tirado muito boas notas, se, no final do 12º ano, não conseguir entrar para a Faculdade, terá uma preparação profissional que lhe permite começar a trabalhar e não ficar um ano sem fazer nada.

O Carlos, de certo modo, concorda com o pai mas, como a sua escola não tem o curso profissional de informática, terá que mudar de escola e...deixar os amigos! Estes vão continuar a estudar juntos, pois escolheram o curso de ciências e tecnologias da área científico-humanísticos e procuram influenciá-lo para fazer uma escolha semelhante à deles.

O Carlos está dividido!

### Situação - Tiago

Em pequeno, quando lhe perguntavam o que queria ser quando crescesse, o Tiago respondia “aviador” e imaginava-se, imediatamente, a pilotar um avião cruzando os céus...Depois teve outros sonhos: astronauta, polícia, detetive, jornalista desportivo e...tantos outros!

Mas tudo isto foram sonhos de infância. Agora, o Tiago quer ser professor de educação física ou treinador de um clube desportivo. Há já vários anos que pratica atletismo e até ganhou alguns prémios. Como mantém boas relações com todas as pessoas, foi escolhido pelo treinador para o ajudar no treino dos atletas mais novos, o que lhe agrada bastante.

Quando chegou à altura de pensar nas opções para o 10º ano, o Tiago sofreu uma grande decepção! O percurso mais indicado para prosseguir os estudos naquela área era o curso de ciências e tecnologias e o Tiago ficou estupefacto quando viu as disciplinas que teria que estudar- Matemática, Biologia e Química! Eram disciplinas de que ele não gostava nada e às quais até já tinha tirado negativas. Como iria conseguir tirar boas notas para ingressar na Faculdade?

Alguns amigos diziam-lhe que, se ele queria mesmo ser professor de Educação Física, não deveria desistir e que, se esforçasse muito, poderia até conseguir tirar boas notas. Outros, porém, eram de opinião que ele deveria pensar noutras alternativas e não arriscar tudo num projeto em que tinha poucas probabilidades de vencer. O tiago não sabe o que fazer da vida!

**Anexos XVII**

**16.2 O meu caminho**

Anexo 16.2.1

“Caminhos...” – Quais?

Percurso 1: \_\_\_\_\_

Aspetos positivos	Aspetos negativos

Tenho sucesso se:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Percurso 2: \_\_\_\_\_

Aspetos positivos	Aspetos negativos

Tenho sucesso se:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Para onde quero ir?

Anexo 16.2.2

Projeto Vocacional

Eu gosto de...

Tenho jeito para...

Vai ser fácil...

Vai ser difícil...

Nos próximos anos vou...	Que “Caminho...”?

**Anexos XVIII**  
**16.2 Projeto vocacional**

Anexo 16.2.3

Projeto Vocacional

Eu gosto de...

Tenho jeito para...

Vai ser fácil...

Vai ser difícil...

Nos próximos anos vou...	Que “Caminho...”?