



## UM ESTUDO DE CASO EM ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: ESCOLHAS E PROJETOS DE VIDA NA ADOLESCÊNCIA

### A CASE STUDY IN PROFESSIONAL GUIDANCE: CHOICES AND LIFE PROJECTS IN ADOLESCENCE

Lorena Jade Lucena Negreiros<sup>1</sup>  
Márcia Eduarda Vilela Cabral<sup>2</sup>  
Gisele Cristina Resende<sup>3</sup>

#### RESUMO

Este artigo trata de um estudo de caso em Orientação Profissional e de Carreira com uma adolescente de 15 anos cursando o segundo ano do Ensino Médio em uma escola pública na cidade de Manaus, no Amazonas. O processo de Orientação Profissional e de Carreira pretendeu trabalhar com a adolescente seus interesses, aptidões e habilidades profissionais com o objetivo principal de ampliar seu autoconhecimento, e para isso foram realizadas 5 sessões de atendimento nos quais foram utilizados instrumentos que trabalhassem nela estes aspectos. A Orientação Profissional e de Carreira possibilitou o entendimento de suas inclinações para suas futuras escolhas profissionais. Ao final deste processo a estudante pôde refletir sobre seus interesses profissionais utilizando seu autoconhecimento como fundamento.

**Palavras-chave:** Orientação Profissional e de Carreira; Adolescência; Autoconhecimento; Escolha Profissional.

#### ABSTRACT

This article deals with a case study in Professional and Career Guidance with a 15-year-old teenager studying the second year of high school at a public school in the city of Manaus, in Amazonas. The Professional and Career Guidance process aimed to work with the teenager on her interests, aptitudes and professional skills with the main objective of expanding her self-knowledge, and for this purpose, 5 service sessions were held in which instruments were used to work on these aspects in her. Professional and Career Guidance made it possible to understand their inclinations for their future professional choices. At the end of this process, the student was able to reflect on her professional interests using her self-knowledge as a foundation.

**Keywords:** Professional and Career Guidance; Adolescence; Self knowledge; Professional Choice.

---

<sup>1</sup> Discente do curso de Psicologia da UFAM

<sup>2</sup> Discente do curso de Psicologia da UFAM

<sup>3</sup> Profa. Doutora em Psicologia. Docente do curso de Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da UFAM



## **1. INTRODUÇÃO**

A Orientação Profissional e de Carreira é uma área antiga, com raízes que remontam ao início do século XX, e suas contribuições se estendem por mais de 400 anos. Inicialmente, a Orientação Profissional estava associada à escolha de carreira baseada na vocação da pessoa. No entanto, o modelo prático de orientação, com a assistência de um profissional, é uma abordagem mais recente, iniciada na primeira década do século XX (Ferreira, 2020).

De acordo com Sparta (2003), a prática da Orientação Profissional surgiu com o objetivo de aumentar a eficiência industrial. Suas origens podem ser rastreadas até o início do século XX na Europa, mais especificamente com a criação do Centro de Orientação Profissional de Munique, em 1902. Nesse estágio inicial, o objetivo da Orientação Profissional era identificar trabalhadores inadequados para tarefas específicas na indústria em expansão, visando prevenir acidentes de trabalho.

Atualmente a Orientação Profissional é um serviço voltado para indivíduos que precisam de suporte na tomada de decisões relacionadas às suas carreiras e ao desenvolvimento profissional, independente de faixa etária e escolaridade. Esse auxílio pode ser solicitado em diferentes fases da vida, atendendo a diversas demandas individuais. Isso inclui a escolha de uma profissão, a busca por uma nova carreira (transição de carreira), o planejamento da trajetória profissional, a elaboração de currículos e cartas de apresentação, a preparação para ingressar no mercado de trabalho e participar de processos seletivos, o desenvolvimento de habilidades profissionais (por meio de coaching, treinamentos e aprimoramento das habilidades de liderança), a formação e melhoria de equipes, entre outros aspectos. Além disso, pode envolver a preparação para a aposentadoria (Associação Brasileira de Orientação Profissional, 2019).

A Orientação Profissional é um processo que começa com o autoconhecimento, explorando características, valores, interesses e habilidades. Seguido pela segunda etapa, que envolve o conhecimento do mundo do trabalho e de profissões específicas, através de pesquisa e interações. A última etapa abrange o planejamento e a criação de um projeto de vida, orientando a pessoa na elaboração de estratégias para atingir metas profissionais. O objetivo é auxiliar na tomada de decisões e escolhas de carreira, proporcionando um caminho seguro e informado para o desenvolvimento profissional (Associação Brasileira de Orientação Profissional, 2019).



Na adolescência é um processo fundamental, pois pode fazer com que o adolescente e jovem olhe para si e para seus projetos de vida, conseguindo traçar um planejamento educacional e profissional, colaborando também com a minimização de angústias derivadas do momento de escolha profissional e início da vida adulta.

### **1.1 Orientação Profissional na adolescência**

Sabemos que a escolha profissional é algo contínuo na vida do indivíduo e que muitas vezes têm seu início logo na infância e vai se estendendo até a vida adulta, visto que esta escolha não é um fato isolado na vida da pessoa e que esta mesma está ligada a vários aspectos da vida de cada um (Soares, 2017). Nos dias de hoje podemos perceber que, apesar do trabalho sempre ter tido um papel de dar sentido à vida de cada indivíduo, hoje isto é complementado juntamente com o receio de conseguir escolher uma profissão, se formar e conseguir um emprego em sua área de atuação (Albino et al, 2019).

A adolescência é para alguns tida como uma fase de desenvolvimento do ser humano, entretanto ela é muito mais complexa do que isso, sendo marcada por inúmeras mudanças nos aspectos físicos, sociais, emocionais, entre outros (Nazar et al., 2020). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a adolescência se dá a partir da segunda década da vida (de 10 a 19 anos), enquanto a juventude se estende dos 15 aos 24 anos. Nisso, encontramos em seu meio adolescentes jovens de 15 a 19 anos e adultos jovens que se encontram entre as idades de 20 a 24 anos (Ministério da Saúde, 2007).

Devemos levar em conta igualmente o contexto social; ele é predominante na adolescência, recebendo nos dias de hoje influência das tecnologias prevalentes e até mesmo de culturas que se espalham entre as redes sociais de modo global. Por estarem também imersas nisto tudo, há uma influência significativa nos dias de hoje das tecnologias sobre as escolhas e decisões de cada pessoa, em destaque dos adolescentes que se encontram num momento em que é desejado pela sociedade que se tenha uma resposta para a questão da carreira e profissão (Nazar et al., 2020).

Por estarem no meio de duas fases tidas como muito importantes do ser humano, no caso a infância e a fase adulta, muitos adolescentes se encontram perdidos neste “limbo”, no qual mesmo muitas vezes não tendo maturidade e autoconhecimento suficiente, são levados a tomar decisões que impactam diretamente seu futuro, uma delas sendo na escolha de qual



carreira seguir (Bock, 2007). Para Bock, a adolescência é vista como algo resultante do meio social, no qual há um desenvolvimento na subjetividade conjuntamente com seu desenvolvimento na sociedade, não somente atrelado ao período do desenvolvimento natural do ser humano.

Segundo Bock (2007):

A adolescência se refere, assim, a esse período de latência social constituída a partir da sociedade capitalista gerada por questões de ingresso no mercado de trabalho e extensão do período escolar, da necessidade do preparo técnico. Essas questões sociais e históricas vão constituindo uma fase de afastamento do trabalho e o preparo para a vida adulta. As marcas do corpo, as possibilidades na relação com os adultos vão sendo pinçadas para a construção das significações (2007, p. 68).

Neste contexto, é possível observar o inconfundível fato de que isso tudo tem potencial de influenciar o processo de escolha profissional, uma vez que a vida adulta é vista como uma fase repleta de decisões a serem tomadas e, o adolescente, ao se ver perto dela, sente que precisa estar preparado para tomá-las mesmo com um preparo muitas vezes ínfimo. Entretanto, quando se fala da escolha profissional o indivíduo se vê muitas vezes num mar infinito de possibilidades e muita das vezes, sem sequer conhecer as possibilidades existentes (Ferreira, 2020).

Os interesses pessoais e particulares do indivíduo e o mercado de trabalho são coisas que influenciam na tomada de decisão da carreira em que a pessoa deseja seguir, entretanto não são os únicos fatores, tendo a família do indivíduo uma influência nesta tomada de decisão (Neiva, 2014). Esta escolha profissional se torna mais crucial ao passar do tempo de jovens e adolescentes, principalmente quando estes chegam ao seu último ano de ensino médio, onde se é esperado pela sociedade que estes já tenham ideia da área que desejam seguir pelo resto de suas vidas. Entretanto essa escolha é facilmente julgada se for uma escolha “não lucrativa”, como profissões dadas como desvalorizadas ou profissões com mercado dito como “saturado” (Albino et al, 2019).

Conhecimento sobre os mercados de trabalho, sobre as inúmeras profissões e também o autoconhecimento são fatores que ajudam o jovem a realizar ao final da Orientação Profissional e de Carreira uma escolha em que o mesmo possa se sentir realizado após ter julgado todos os pontos principais ao analisar, juntamente com o orientador profissional, seus reais interesses e a partir disso, construir um processo em que possa prevalecer um conjunto de



aspectos que façam com que esta decisão que será tomada pelo jovem será algo que impactará sua vida positivamente.

Inúmeras pessoas acabam seguindo carreiras pensando serem elas as protagonistas da escolha, entretanto ao amadurecerem e vivenciarem a profissão escolhida, percebem que estavam apenas vivendo o desejo de seus responsáveis ou da sociedade ao seu redor e não uma escolha vinda de seus desejos e anseios profissionais. Soares (2017) acredita ser a pessoa diretamente responsável por tomar sua escolha, sendo assim alguém apto a construir e realizar o seu projeto de vida. Mas o que seria exatamente essa escolha? E no que exatamente ela se fundamenta?

Essa escolha se fundamentaria em selecionar algo dentre uma série de opções, geralmente visando o melhor para aquele que realiza a escolha (Soares, 2017). Esta escolha não é algo que ocorre da noite para o dia, levando geralmente tempo para que haja uma organização das opções ao fazer um levantamento sobre os prós e contras de cada opção que o indivíduo tem e por fim, escolhendo a que o mesmo julgar melhor. Geralmente isso acaba levantando pensamentos sobre o poder de escolha que eles têm; sobre a liberdade de escolha que eles possuem e questionamentos se eles realmente as possuem. Estes fatores acabam por também influenciar a decisão final de carreira que a pessoa deseja seguir naquele momento. Inúmeros fatores influenciam a tomada de decisão da pessoa, podendo estes serem fatores familiares, fatores psicológicos, fatores sociais, fatores econômicos, entre outros (Neiva, 2014, Resende, 2021).

A influência familiar se destaca, pois há diferentes formas em que o núcleo familiar pode vir a influenciar as escolhas do indivíduo, como a participação diretamente ou a falta desta participação nas tomadas de decisões com base nas escolhas profissionais, podendo essa participação ser positiva ou negativa, levando em consideração a dinâmica familiar (Nazar et al., 2020; Pereira; Zanon; Dellazzana-Zanon, 2021). O processo de Orientação Profissional surge como estratégia que pode estar servindo como auxílio para os adolescentes nesta fase os ajudando a produzir uma escolha que segue seus valores.

Saber a fundo seus interesses e habilidades também se mostra de suma importância para o processo decisório, por isso autoconhecimento é amplamente trabalhado nas sessões de Orientação Profissional e de Carreira. Ao ter um conhecimento mais aprofundado sobre seus interesses, aptidões, habilidades, valores, entre outros, o processo de escolha como um todo é



facilitado (Nazar et al., 2020; Resende, 2021; Zuyeva; Nyssanov, 2020). A Orientação Profissional e de Carreira visa auxiliar o indivíduo para que todas essas informações possam ajudar na escolha dando uma orientação mais clara sobre o caminho a ser seguido. É importante também levar em consideração quais fatores são mais predominantes no momento em que a pessoa se encontra e de que forma os mesmos podem influenciar a decisão sobre a carreira.

Nesse sentido, quando pensamos na Orientação Profissional e de Carreira voltada para pessoas na adolescência deve perpetuamente considerar aspectos da vida atual e singular em que os adolescentes se encontram, nos dias de hoje levando em conta o desenvolvimento de tecnologias e mudanças sociais que muitos acabam presenciando, pois esses aspectos afetam direta e indiretamente as pessoas e seus projetos de vida, mesmo que estes não sejam algo convicto.

A partir deste referencial, objetiva-se com este trabalho apresentar um estudo de caso de uma adolescente que buscou orientação profissional e de carreira em um serviço-escola, isto é, o Centro de Serviço em Psicologia Aplicada – CSPA-, de uma universidade pública do norte do país.

## **2. PROCEDIMENTO METODOLÓGICO**

O delineamento deste estudo é qualitativo, descritivo e interpretativo, a partir da análise de um caso, no qual foram usados instrumentos e técnicas de Orientação Profissional e de Carreira na interface com a Avaliação Psicológica. O presente estudo integra um projeto de pesquisa mais amplo intitulado “Interesses, inclinações motivacionais e maturidade para a escolha profissional em adolescentes e adultos” O projeto foi devidamente apreciado por um Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, recebendo parecer favorável para sua realização (CAAE 01937618.3.0000.5020). A adolescente foi esclarecida sobre sua participação e assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A participante foi uma adolescente de 15 anos na data da realização do processo, do gênero feminino, cursando o 2º ano do Ensino Médio e que foi escrita no projeto pela sua mãe. A jovem tinha interesse em dança e pedagogia, mas estava em dúvidas acerca de qual profissão desejava exercer.

Os instrumentos utilizados foram:



- a) Entrevista Psicológica semi-estruturada, onde o indivíduo explica os motivos que o levaram a procurar a OPC, compartilha suas expectativas e relata suas experiências de vida, detalhando sua trajetória escolar, interesses e perspectivas para a escolha de sua carreira (Lucchiari, 1993).
- b) Dinâmica Animal, Objeto, Pessoa: o sujeito deve escolher um animal, objeto e pessoa que se identifica e em seguida explicar o motivo da escolha, é uma técnica que possibilita identificar valores pessoais relacionados com as escolhas de vida e profissão.
- c) Dinâmica do Presente: consiste em duas perguntas, sendo elas: 1) O que você se daria de presente em 1 ano? 2) O que você se daria de presente em 5 anos? Essa dinâmica possibilita explorar projeto de vida, valores pessoais, emoções e fantasias.
- d) Escala de Maturidade para a Escolha Profissional (EMEP): seu objetivo é avaliar o nível de maturidade para a escolha profissional e se destina a alunos cursando entre o 9º ano do ensino fundamental e a 3ª série do ensino médio. É uma que avalia atitudes diante do processo da escolha profissional, na qual o indivíduo tem como tarefa avaliar a frequência com que atua ou pensa, segundo a forma indicada em cada enunciado. As respostas podem variar de 1 a 5 sendo: 1 = nunca, 2 = raramente, 3 = às vezes, 4 = frequentemente, 5 = sempre. A escala é formada por 45 itens distribuídos em cinco subescalas: Determinação, Responsabilidade, Independência, Autoconhecimento e Conhecimento da Realidade Educativa e Sócio profissional. Os itens são divididos em 23 positivos (enunciados que indicam maturidade) e 22 negativos (enunciados que indicam imaturidade). Apresenta propriedades psicométricas para aplicação em estudantes finalistas do ensino fundamental e do ensino médio (Neiva, 2014).
- e) Avaliando Minhas Aptidões: tem como objetivo avaliar o grau de desenvolvimento das aptidões. As aptidões avaliadas são: raciocínio abstrato, raciocínio espacial, exatidão, concentração, meticulosidade, sociabilidade, habilidade manual, iniciativa, dinamismo, memória, aptidão numérica, aptidão mecânica, imaginação, desembaraço, perseverança, coordenação motora, aptidão verbal, aptidão artístico-plástico, percepção, senso artístico e liderança.
- f) Técnica das Atividades Profissionais: essa técnica consiste em três questões no qual na primeira etapa são assinaladas as atividades que o indivíduo poderia desempenhar se sentindo bem. Na segunda, pensa em profissões que envolvem essas atividades como



- requisito. Na terceira parte do teste, seria escolher três dos requisitos assinalados que o indivíduo mais gostaria de desenvolver e, por fim, explicar a razão pela qual se sentiria bem atuando daquela maneira (Lucchiari, 1993).
- g) Minha História de Carreira (PARTE I): consiste em exercícios autobiográficos para o planejamento de vida/carreira (Savickas; Hartung, 2012).
- h) Escala de Aconselhamento Profissional: trata-se de um teste que tem como objetivo obter mais informações sobre a preferência por determinadas atividades. As dimensões presentes no teste são: Ciências Exatas; Artes/Comunicação; Ciências Biológicas/da saúde; Ciências Agrárias/ambientais; Atividade Burocrática; Ciências Humanas e Sociais aplicadas; e Entretenimento (Noronha; Sisto; Santos, 2007).
- i) Avaliação dos Tipos Profissionais de Holland (ATPH): essa avaliação é baseada na teoria de John L. Holland e a partir do SDS – Self Directed Search - de Holland (1975), que propõe seis tipos de interesses vocacionais: 1) Realista - Preferência por profissões ou situações onde se possa desenvolver atividades concretas, práticas e estruturadas, com resultados mensuráveis. Valoriza competências tradicionais; 2) Investigativo - Preferência por profissões que envolvam investigação, observação sistemática e uso da criatividade para compreender fenômenos naturais, biológicos ou humanos; 3) Artístico - Preferência por profissões artísticas, com natureza ambígua, livre e não sistemática, envolvendo a manipulação de materiais para criar objetos ou produtos artísticos; 4) Social - Preferência por profissões que envolvam contato interpessoal, cuidado e relacionamento, valorizando o contato com outras pessoas; 4) Empreendedor - Preferência por profissões que visem o contato com outros para atingir objetivos organizacionais ou ganhos materiais, com a liderança sendo uma característica marcante; e 6) Convencional - Preferência por profissões que envolvam a manipulação de dados de forma explícita, ordenada e sistemática, priorizando os valores organizacionais. (Primi; Muniz; Nunes; Mansão, 2008; Mansão; Nunes; Noronha; Primi; Muniz; 2019).
- j) Entrevista Devolutiva: Entrevista devolutiva: nesta etapa, o psicólogo organiza e apresenta ao orientando o conjunto de informações coletadas durante o processo (observações das entrevistas, resultados dos testes psicológicos e exercícios). São destacados os aspectos necessários e essenciais para a escolha profissional e a



construção da carreira, como o autoconhecimento, as potencialidades e as possibilidades identificadas.

Em janeiro de 2024, a genitora da estudante inscreveu a filha no projeto, pois observava que ela estava indecisa acerca da escolha profissional. Sugeriu-se um processo de OPC e avaliação de seus interesses e inclinações profissionais em cinco sessões de atendimento devido a dificuldade de deslocamento para a UFAM.

O processo foi realizado em sessões individuais, com a duração de 50 minutos, de modo que a primeira sessão foi realizada uma entrevista psicológica semi-estruturada com a jovem para conhecimento de sua história de vida e expectativas, finalizou-se com a entrega da Minha História de Carreira (PARTE I) como tarefa de casa para trazer na próxima sessão. A segunda sessão foi para a realização da Dinâmica do Presente, Dinâmica Animal, Objeto, Pessoa e a Escala de Maturidade para a Escolha Profissional (EMEP). Na terceira sessão, foi aplicada a Escala de Aconselhamento Profissional (EAP), Técnica Avaliando Minhas Aptidões, Técnica das Atividades Profissionais e o debate sobre a tarefa de casa (Minha História de Carreira - PARTE I). Na quarta sessão, foi aplicada a Avaliação dos Tipos Profissionais de Holland (ATPH) e na quinta e última sessão, foi a devolutiva para a jovem.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Apresentamos o caso de M.G. e como foi conduzido, relatando as sessões de atendimento e fazendo reflexões sobre o processo de Orientação Profissional.

Primeira sessão: A participante compartilhou brevemente as suas expectativas e experiências de vida, abrangendo a sua trajetória escolar, interesses e perspectivas para a escolha de sua profissão. A jovem relatou que tinha interesse em dança e pedagogia, que gostava bastante de trabalhar com crianças, mas que tinha dúvidas sobre qual profissão exercer. Os seus hobbies incluem a dança, leitura e sair com os amigos. Sobre a OPC, disse que não sabia ao certo como funcionava, mas que estava ansiosa, pois a sua mãe havia realizado a sua inscrição. Sobre as expectativas e o apoio familiar, eles estavam preocupados, uma vez que, a jovem estava no 2º ano do Ensino Médio e deveria se planejar para o seu futuro. A jovem contou que a sua família a apoiava bastante, principalmente a mãe e a tia. Ao ingressar no Ensino Médio, descobriu quais as disciplinas que mais e menos gostava. Gostava das disciplinas de português e história, enquanto que a disciplina de química nem tanto. Foi perguntado como a jovem se via



e ela disse que se via como uma pessoa muito dedicada e que corria atrás das coisas que queria para si. Ao final da sessão, compartilhou os seus receios e angústias acerca da escolha profissional, que tinha medo de exercer algo que não gostasse e de não conseguir ingressar em uma universidade.

O apoio dos pais na escolha profissional dos filhos é crucial. Eles podem exercer influência por meio de diversas ações, como apoio financeiro, diálogos e valores transmitidos sobre o mundo do trabalho. Além disso, os jovens esperam grande apoio familiar e de sua rede social nesse processo, destacando a importância dos pais acompanharem de perto seus filhos (Pereira; Zanon; Dellazzana-Zanon, 2021). A família é reconhecida como uma rede de apoio crucial na construção do projeto de vida dos jovens, influenciando diretamente suas decisões e aspirações profissionais. A escolaridade dos pais também pode impactar nas escolhas dos filhos, com mães mais escolarizadas tendendo a se envolver mais na educação, o que pode resultar em melhor desempenho acadêmico e influenciar nas decisões de carreira (Terruggi; Cardoso; Camargo, 2019). Ao longo do processo pudemos observar o apoio da mãe e tia da adolescente, que a mesma considerava ser um fator importante para suas escolhas profissionais, no qual a tia é uma grande influência que serve como inspiração para a adolescente a seguir o que lhe interessa. Ademais, envolver a família no processo, implementar programas estruturados de orientação profissional e incentivar a exploração prática de diferentes opções de carreira são estratégias eficazes. Essas intervenções ajudam os jovens a refletir sobre seus interesses, entender os requisitos das profissões e fazer escolhas de carreira informadas e gratificantes (Crisan-Tausan, 2020).

Além disso, a orientação profissional na adolescência é crucial para o desenvolvimento integral e o sucesso futuro dos jovens, pois proporciona decisões de carreira informadas, promove o autoconhecimento, envolve pais e a comunidade, desenvolve competências essenciais para o mercado de trabalho e aumenta a satisfação profissional. Ela facilita o alinhamento entre interesses, habilidades e aspirações individuais com opções de carreira adequadas, oferecendo suporte abrangente e perspectivas diversificadas. Assim, os adolescentes estão melhor preparados para uma transição bem-sucedida para o mercado de trabalho e para alcançar realização pessoal e produtividade em suas futuras profissões (Zuyeva; Nyssanov, 2020).



Segunda sessão: para trabalhar o autoconhecimento e os valores pessoais da participante, iniciou-se a sessão com a Dinâmica do Presente. Essa dinâmica consiste em duas perguntas, sendo elas: 1) O que você se daria de presente em 1 ano? 2) O que você se daria de presente em 5 anos? Por meio dessa dinâmica, foi possível trabalhar o projeto de vida e valores pessoais da jovem, além de explorar as suas emoções e fantasias. A resposta da primeira pergunta foi que ela se daria um estúdio de dança, onde poderia dançar sem se preocupar com os olhares das outras pessoas. Enquanto que na segunda pergunta, ela se presentearia um carro para que pudesse fazer viagens e sair com os seus familiares e amigos. A partir disso, foi possível observar como a dança é importante para a jovem, além de ser algo que almeja para o seu futuro. Há também o anseio por independência e a valorização dos seus amigos e familiares.

Em seguida, foi realizada outra dinâmica que também favorece o autoconhecimento, a Dinâmica do Animal, Objeto, Pessoa. A dinâmica consiste no indivíduo escolher um animal, objeto e pessoa que se identifica e em seguida é explicado o motivo da escolha. Ao perguntarmos, a jovem escolheu um cachorro, por serem elétricos, mas também por serem, às vezes, quietos; o objeto escolhido foi uma penteadeira estilo camarim, pois sempre teve vontade de ter uma; e por último, a jovem escolheu como personagem, a tia porque se identifica, além de possuir uma grande admiração ela e descrever como uma pessoa determinada que sempre consegue as coisas que quer.

Para finalizar o atendimento, foi aplicada a Escala de Maturidade para a Escolha Profissional (EMEP), que tem como objetivo avaliar cinco aspectos que determinam o nível de maturidade para a escolha profissional. Sendo elas: Determinação - mede quanto o indivíduo já tem definida a sua escolha profissional; Responsabilidade - mede quanto o indivíduo está empreendendo ações responsáveis para a efetivação da escolha profissional; Independência - mede quanto o indivíduo está processando a sua escolha profissional de forma independente, sem influenciar-se pelas ideias de outras pessoas (familiares, amigos, professores, meios de comunicação); Autoconhecimento - mede quanto o indivíduo avalia que conhece diferentes aspectos de sua pessoa (características pessoais, interesses, habilidades, valores); Conhecimento de realidade educativa e socioprofissional - mede quanto o indivíduo avalia que conhece diferentes aspectos da realidade socioprofissional e educativa (profissões, mercado de trabalho, níveis salariais, instituições de ensino). Portanto, essa escala foi aplicada com o



objetivo de avaliar seu nível de maturidade para a escolha profissional, detectando as áreas mais e menos desenvolvidas. Os resultados podem ser observados no Quadro 1:

**Quadro 1 - Resultados da Escala de Maturidade para a Escolha Profissional (EMEP)**

Escala	Percentil	Classificação
Determinação	60	Médio
Responsabilidade	60	Médio
Independência	70	Médio
Autoconhecimento	10	Inferior
Conhecimento da Realidade	1	Muito Inferior
<b>Maturidade Total</b>	20	Médio Inferior

Fonte: elaboração das autoras (2024)

A partir dos resultados obtidos, observou-se que nas escalas de Determinação, Responsabilidade e Independência a jovem se encontra na média. Já nas escalas de Autoconhecimento e Conhecimento da Realidade, obteve classificação inferior e muito inferior, respectivamente. Quanto à Maturidade Total, a classificação foi médio inferior. Dessa forma, observou-se as áreas mais e menos desenvolvidas. As áreas mais desenvolvidas foram as de Determinação, Responsabilidade e Independência e as menos desenvolvidas foram Autoconhecimento e Conhecimento da Realidade. Portanto, a jovem precisa buscar desenvolver mais o seu Autoconhecimento, explorando aspectos como as suas características pessoais, os seus interesses, habilidades e valores. Quanto ao Conhecimento da Realidade, deve pesquisar mais sobre as profissões que tem interesse, o mercado de trabalho, níveis salariais e instituições de ensino.

Terceira sessão: iniciou-se com a técnica Avaliando Minhas Aptidões. Observou-se que as maiores aptidões assinaladas foram: Sociabilidade, Habilidade Manual, Memória e Perseverança. Já as aptidões mais baixas, foram: Raciocínio Espacial, Meticulosidade, Aptidão Numérica, Mecânica e Artístico-Plástico.

Após a aplicação da Técnica Avaliando Minhas Aptidões, continuou-se a sessão com a aplicação da Técnica das Atividades Profissionais. As respostas para a primeira etapa da técnica enfatizaram ocupações e trabalhos que exigissem (i) o contato humano (Atendimento a pessoas; Trabalho em equipe; (ii) ajuda ao próximo (Atendimento a pessoas necessitadas; Ajudar



peessoas; Que auxilie a transformação do mundo); (iii) Uso de força física e psíquica (Trabalho com as mãos; Exija responsabilidade e decisão); (iv) Rotina (com horário fixo; Desenvolvida em ambientes fechados; Que exija estar bem vestidos); (v) Autonomia para gerir seu trabalho (Horário livre; ao ar livre). Na segunda etapa, a participante relacionou o critério escolhido com uma atividade profissional e suas respostas foram: Atendimento a pessoas - Recepcionista; Trabalho com as mãos - Pintora; Com horário fixo - Pedagogia; Desenvolvida em ambientes fechados - Pedagogia; Que exija estar bem vestidos - Moda; Atendimento a pessoas necessitadas - Assistente Social; Horário livre - Empresária; Ajudar pessoas - Fisioterapeuta e Psicóloga; Ao ar livre - Pedagogia e Dança; e que exija responsabilidade e decisão - Contadora. Na terceira e última etapa detalhou as respostas e os motivos pelos quais elegeu apenas os três critérios mais significativos, Horário livre - “Poder acordar e fazer muitas coisas, ter mais tempo, não ter que ficar lá até certo horário”; Ao ar livre - “Não gosto de ficar em ambientes fechados”; Que exija estar bem vestidos - “Usar a roupa que quiser”. Foi uma atividade que proporcionou reflexão acerca das atividades profissionais e valores pessoais.

Outra atividade planejada para o terceiro encontro foi a aplicação da Escala de Aconselhamento Profissional (EAP). A partir da correção e interpretação do teste, conseguiu-se identificar em qual dimensão a jovem apresentava maior interesse, sendo, Artes/Comunicação. Essa dimensão é caracterizada pelo interesse em estudar a origem e evolução do homem e da cultura. Pode-se encontrar atividades profissionais em correspondência com a dimensão, como, desenhar; escrever e revisar textos; entreter hóspedes, associados e turistas em hotéis, spas e clubes; desenhar logotipos e embalagens; dublar; recuperar obras e objetos de arte; produzir desfiles; catálogos; editoriais de moda e campanhas publicitárias; criar uma vinheta; criar, mixar e editar trilhas sonoras de filmes ou vídeos; coordenar a apresentação de um espetáculo de dança; ensaiar artistas para um espetáculo; responsabilizar-se pela direção teatral; fazer montagem das cenas de um filme. Quanto à dimensão em que a jovem menos apresentou interesse foi das Ciências Exatas. Nessa dimensão podemos encontrar atividades tais como: envolver-se em pesquisas espaciais; montar bancos de dados digitais; controlar propriedades físicas dos solos; desenvolver equipamentos para o monitoramento e controle das condições ambientais; divulgar e vender softwares; analisar e interpretar dados numéricos; planejar e implantar linhas automatizadas de produção alimentícia; criar programas de computadores; projetar satélites e foguetes; estudar propriedades físicas da



atmosfera; construir e montar instrumentos e peças de aeronaves; projetar robôs e sistemas digitais para fábricas. Viu-se com a EAP que seus interesses profissionais estão relacionados com atividades criativas e que permitam contato humano pela comunicação e arte.

Por fim, as respostas dadas nas questões do material Minha História de Carreira – MHC (PARTE I) foram refletidas. Nessa atividade, conseguiu-se conhecer um pouco mais a história da jovem, como os receios que enfrentava no momento acerca da OPC, as profissões que já tinha pensado em exercer, as pessoas que admirava, seus programas de tv e livros favoritos. Os exercícios autobiográficos ajudam no planejamento de carreira ao proporcionar autoconhecimento, clareza de objetivos, apoio na tomada de decisões informadas e na construção de uma narrativa profissional coesa e significativa. Essas reflexões auxiliam na definição de metas alinhadas com seus valores e aspirações, facilitando o desenvolvimento de uma trajetória profissional satisfatória (Savickas; Hartung, 2012).

Quarta sessão: planejamos esse encontro para a Avaliação dos Tipos Profissionais de Holland (ATPH), que tem como objetivo conhecer melhor as características pessoais e interesses profissionais para relacionar com as carreiras profissionais. Os principais tipos profissionais da jovem foram: Social; Artístico; e Empreendedor. Essa avaliação auxiliou na identificação de seus interesses profissionais e na compreensão de como suas preferências se relacionam com as diferentes áreas de atuação no mercado de trabalho. A análise dos resultados da Avaliação dos Tipos Profissionais de Holland contribuiu para a reflexão da jovem sobre suas escolhas de carreira e para o desenvolvimento de um projeto de vida e carreira mais alinhado com suas características pessoais e profissionais (Primi, Muniz; Nunes; Mansão, 2008; Mansão; Nunes; Noronha; Primi; Muniz; 2019).

A quinta sessão foi de devolutiva para a jovem, em que os resultados de todas as técnicas, dinâmicas e avaliações foram integradas, a fim de construir um material para que fosse entregue a adolescente. A demanda inicial da jovem era ter certeza a respeito das suas escolhas, ao longo do processo de OPC, trabalhou-se autoconhecimento, informação profissional e planejamento de vida. Nos encontros realizou-se vários testes e atividades que ajudaram as orientadoras profissionais a conhecer a jovem, mas principalmente que a ajudaram a conhecer a si mesma, os seus anseios e os seus objetivos, dentro e fora da esfera profissional. Nos encontros, nas atividades e nos testes realizados, verificou-se um grande interesse na área da Pedagogia e da Dança, algo que a adolescente sempre teve curiosidade, uma vez que é algo



presente na vida dela. A jovem apresentou interesse em atividades que permitam trabalhar em equipe, com horário fixo e ambientes fechados, além disso, apresentou uma grande preocupação com as pessoas, de querer ajudá-las, além de exercer algo que auxilie na transformação do mundo. Apesar desses outros interesses, o que permaneceu em foco durante todo o processo foi a área da Pedagogia e da Dança.

Observou-se, a partir da interpretação dos testes, uma afinidade por profissões ou atividades que envolvam o contato com os outros e que estão relacionadas ao cuidado, como na Pedagogia. A partir da correção e interpretação da Escala de Aconselhamento Profissional EAP, verificamos a preferência por determinadas atividades e as dimensões que mais lhe interessavam, sendo elas Artes e Comunicação, que envolve atividades como coordenar a apresentação de um espetáculo de dança e ensaiar artistas para um espetáculo, que estão relacionadas a área da Dança. A partir de todo o contexto da OPC desenvolvida (com base nos testes e nos aspectos trabalhados durante os atendimentos com técnicas de orientação profissional), observou-se que a adolescente possui o senso social como uma característica marcante, que expressa a disponibilidade para ajudar e fazer o bem. Além de também demonstrar interesse pela estética, o que pode ser encontrado na dança. Quanto aos ambientes de trabalho, preza-se por um local que oferece a possibilidade de interagir com outras pessoas e que estejam relacionados à imaginação e a criatividade.

Segundo Crisan-Tausan (2020), a identificação precoce das preferências profissionais em adolescentes oferece uma série de benefícios significativos para seu futuro profissional. Ao entender suas preferências desde cedo, os adolescentes podem tomar decisões de carreira mais informadas, alinhando seus interesses, valores e habilidades com suas escolhas profissionais, o que pode resultar em uma maior satisfação no trabalho. Além disso, esse conhecimento pode aumentar a motivação e o engajamento dos adolescentes em sua educação, levando a um melhor desempenho acadêmico e progressão mais rápida em suas carreiras escolhidas, resultando em maior satisfação no trabalho e bem-estar geral

Nas sessões de Orientação Profissional, os orientadores utilizam instrumentos psicológicos para identificar variáveis relacionadas ao contexto da carreira e profissões, para orientar a adolescente. O uso desses instrumentos favoreceu o processo de orientação, favorecendo o autoconhecimento, deste modo, centrou-se no processo, sugerindo a integração dos resultados com outras informações fornecidas pela orientanda, como histórias de vida e



fatores contextuais e desenvolvimentais, assim como vê-se nas tendências atuais que utilizam instrumentos psicológicos na Orientação Profissional e de Carreira (Barros; Ambiel, 2020).

Ao analisarmos os atendimentos realizados, é notável que o processo de autoconhecimento é um fator de suma importância quando falamos de Orientação Profissional. No resultado da EMEP, na dimensão do Autoconhecimento, observou-se que a jovem deveria se aprofundar no conhecimento de si mesma, o que balizou o processo de OPC. E ao longo dos atendimentos, percebeu-se que o autoconhecimento foi se tornando maior na medida em que testes, escalas e atividades foram desenvolvidos e por conseguinte, a orientanda foi adquirindo um maior autoconhecimento de si, de seus interesses, aptidões e motivações para a vida, auxiliando na tomada de decisão.

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este artigo relatou um caso de uma jovem que estava cursando o 2º ano do Ensino Médio, e se encontrava indecisa acerca de qual profissão exercer. Observou-se que a adolescente carecia de autoconhecimento e conhecimento de realidade educativa e socioprofissional. Dessa forma, deveria explorar as suas características pessoais, interesses, habilidades, valores e sobre as profissões que demonstrava interesse. Durante o processo de Orientação Profissional e de Carreira (OPC) foram trabalhadas com testes e técnicas das áreas da Psicologia e da Orientação Educacional para que a jovem pudesse ter uma visão de si mais aprimorada e escolher uma profissão. Ao final do processo percebeu-se que suas inclinações motivacionais e seus interesses profissionais estão centrados no uso da sensibilidade e na necessidade de contato humano para ajudar pessoas, na habilidade de se comunicar, na criatividade e na imaginação, além do desejo de explorar e compreender os fenômenos humanos (tipos no ATPH: Social, Artístico e Empreendedor).

O caso apresentado originou-se de um processo breve de Orientação Profissional de Carreira (OPC), cujo objetivo foi esclarecer os interesses e inclinações profissionais visando ao autoconhecimento. É importante salientar que o processo de OPC envolveu entrevistas psicológicas, exercícios e testes psicológicos, seguidos de uma devolutiva na qual os resultados foram comunicados à jovem. Isso permitiu uma análise de suas potencialidades e possibilidades, auxiliando-a na tarefa de escolher uma profissão e construir sua carreira com base em seus valores e interesses pessoais.



A orientação profissional na adolescência desempenha um papel fundamental ao ajudar os jovens a explorarem suas opções de carreira, desenvolverem habilidades, tomarem decisões informadas, estabelecerem metas realistas, promoverem o crescimento pessoal e transitarem com sucesso para a vida adulta. Através desse processo, os adolescentes podem obter insights valiosos sobre si mesmos, seus interesses e aspirações profissionais, preparando-os para enfrentar os desafios do mercado de trabalho de forma mais confiante e com uma visão clara de seus objetivos de carreira.

Por fim, a partir do caso apresentado observa-se a relevância de serviços de Orientação Profissional e de Carreira (OPC) em adolescentes, visto que esses processos podem auxiliar na escolha profissional, no planejamento de carreira, na entrada no mercado de trabalho e na promoção da saúde mental dos estudantes.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBINO, A. B. A.; Dias C. R. M.; Alves, I. T.; Nascimento, L. C. L. C.; Silva, W. M. da. (2019). **Sensibilização para Orientação Profissional de Jovens do Ensino Médio: Reflexões e Relatos de Uma Experiência**. *Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas*. 4(7), 520-537.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL. **Você sabe o que é orientação profissional? Oriente-se**. Maceió: ABOP, 119.

BARROS, L. de O.; AMBIEL, R. A. M. Instrumentos de Avaliação Psicológica em Orientação de Carreira: Análise da Produção Nacional. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, p. e203346, 2020.

BOCK, A. M. B. **A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores**. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional (ABRPEE)*. Volume 11 Número 1 Janeiro/Junho, p. 63-76, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. **Marco legal: saúde, um direito de adolescentes** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2007.



CRISAN-TAUSAN, L. Aspects of career guidance and counseling for teenagers. **Journal Plus Education**, 26, p.326-334, 2020.

DIAS, L. S.; NAZARENO, E.; ZANINI, D.S.; MENDONÇA, H. **Fragmentos de cultura**, Goiânia, v. 18, n. 7/8, p. 625-636, jul./ago. 2008.

DUARTE, M. E. A vida da orientação na vida do século XXI: constrangimentos e desafios. **Rev. bras. orientac. prof**, São Paulo , v. 14, n. 2, p. 155-164, dez. 2013. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-33902013000200002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902013000200002&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 28 jan. 2024.

FERREIRA, A. J. de A. Orientação profissional na adolescência: relato de experiência de um serviço de promoção de saúde mental. **Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia)** – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2020.

HOLLAND, J. L. **Técnica de la elección vocacional: tipos de personalidad y modelo ambientales**. (R. D. Guerrero, Trad.). México: Trillas, 1975.

LASSANCE, M. C. P.; SILVEIRA, A. A.; OLIVEIRA, M. Z. de. (Orgs). **Investigação e práticas em orientação de carreira: cenário 2021**. Porto Alegre, RS: Ed. dos Autores, 2022.

MANSÃO, C. M.; NUNES, M. F. O.; NORONHA, A. P. P.; PRIMI, R.; MUNIZ, M. Avaliação dos Tipos Profissionais de Holland (ATPH): uma medida de interesses para a orientação de carreira. In: ANDRADE, A. L.; NUNES, M. F. O.; OLIVEIRA, M. Z.; AMBIEL, R. A. M. **Técnicas e medidas em Orientação profissional e de carreira**. São Paulo: Vetor, p. 61-74, 2019.

NAZAR, T., C., V.; BORTOLI, J. de.; ANDRADE, C., S. (2020). Avaliação de Habilidades Sociais, Estilos Parentais e Estresse em Adolescentes Participantes de um Programa de Orientação Profissional. **Revista PsicoFAE. Pluralidades em Saúde Mental**, Curitiba, v. 9, n. 1, p. 113-131, jun./jul. 2020.

NEIVA, K. M. C. **Processos De Escolha E Orientação Profissional**. 2ª Edição. São Paulo: Vetor Editora, 2014.



NORONHA, A. P.; SISTO, F.; SANTOS, A. A. A. **Escala de Aconselhamento Profissional-EAP- Manual Técnico** (Brasil). São Paulo: Vetor, 2007.

PEREIRA, B. C.; ZANON, C.; DELLAZZANA-ZANON, L. L. Influência dos Contextos Escolar e Familiar nos Projetos de Vida de Adolescentes. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 41, p. e227915, 2021.

PRIMI, R.; MUNIZ, M.; NUNES, M.; MANSÃO, C. M. **Avaliação dos Tipos Profissionais de Holland** – ATPH. Relatório Técnico não publicado, 2008.

RESENDE, G.C. Interesses profissionais e inclinações motivacionais: estudo de caso em orientação profissional e de carreira. *Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq*, Vol XIII, número 1, jan-jun, P. 328-359, 2021.

SAVICKAS, M.; HARTUNG, P. **Minha História de Carreira: Exercícios autobiográficos para o planejamento de vida/carreira [My Career Story: An autobiographical workbook for life career success]**. 2012. Tradução e adaptação para o Brasil por Cláudia Sampaio Corrêa da Silva (UFRGS), Andrea Knaben (UFPR) e Marucia Patta Bardagi (UFSC). Coordenação: Maria Eduarda Duarte (ULISBOA). ABRAOPC: Associação Brasileira de Orientação Profissional e de Carreira. Disponível em: [Livros – ABRAOPC](#)

SOARES, D. **O que é escolha profissional**. Editora e livraria Brasiliense, coleção Primeiros Passos, 1ª edição eBook, 2017.

SPARTA, M. O desenvolvimento da orientação profissional no Brasil. **Rev. bras. orientac. Prof.** São Paulo, v. 4, n. 1-2, p. 1-11, dez. 2003.

TERRUGGI, T.; CARDOSO, H.; CAMARGO, M. Escolha profissional na adolescência: a família como variável influenciadora. **Pensando fam.**, Porto Alegre, v. 23, n. 2, p. 162-176, dez. 2019.

ZUYEVA, T.; NYSSANOV, A. Career Guidance of Teenagers and their Sociocultural Development and Adaptation in Modern World of New Technologies. **Journal of Intellectual Disability - Diagnosis and Treatment**. 2020.



**AUTORIA:**

**Lorena Jade Lucena Negreiros**

Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal do Amazonas. Atua como estagiária no Centro de Serviços de Psicologia Aplicada - CSPA em Psicoterapia Existencial e tem experiência em atuação como estagiária em Orientação Profissional e de Carreira. Possui interesse em Psicologia Jurídica e Orientação Profissional e de Carreira.

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

E-mail: [lorenajade0@gmail.com](mailto:lorenajade0@gmail.com)

Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-5346-599X>

País: Brasil

**Márcia Eduarda Vilela Cabral**

Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal do Amazonas (UFAM). Atualmente, estagiária no Tribunal de Justiça do Amazonas (TJAM), no setor psicossocial do CEJUSC-Famílias. Possui interesse em Psicologia Jurídica e Orientação Profissional.

Instituição: Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

E-mail: [marciacabral358@gmail.com](mailto:marciacabral358@gmail.com)

Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-3775-1184>

País: Brasil

**Gisele Cristina Resende**

Pós-doutorado em Psicologia pelo Programa de Pós-Graduação em Psicologia do Desenvolvimento e Escolar pela Universidade de Brasília (UnB), Doutorado em Psicologia pela Universidade de São Paulo (USP). Docente na Faculdade de Psicologia e interesse na área de Orientação Profissional e de Carreira e Avaliação Psicológica.

Instituição: Faculdade de Psicologia - Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Universidade Federal do Amazonas - UFAM

E-mail: [giseleresende@ufam.edu.br](mailto:giseleresende@ufam.edu.br)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6898-0995>

País: Brasil