

ESCOLHA PROFISSIONAL E AUTOCONHECIMENTO: Relato de Estágio em Orientação Profissional

PROFESSIONAL CHOICE AND SELF-KNOWLEDGE: Internship Report in Professional Guidance

Tamires Pelais dos Santos Fiori¹, Faculdade UMFG, tamirespelais@gmail.com,
Flávia Neves Ferreira², UMFG, flavia.ferreira@umfg.edu.br

Resumo: O presente trabalho refere-se a um relato de estágio em Orientação Profissional, no qual realizou-se uma intervenção em uma instituição escolar localizada em Cianorte-PR. A intervenção contemplou dois alunos do 3º ano do ensino médio e teve como objetivo promover o autoconhecimento, estimular reflexões sobre as próprias habilidades, interesses, valores e projetos de vida, além de proporcionar discussões sobre possibilidades de carreira e o mercado de trabalho. O processo de estágio contou com três etapas principais: 1) entrevista inicial para identificar interesses, aptidões e contexto social do voluntário, 2) aplicação dos instrumentos “Projeto de Vida” e Teste de Interesses Profissionais (AIP), 3) devolutiva do processo de Orientação Profissional. Com base nos dados coletados, buscou-se realizar a análise e interpretação das informações a partir de referencial teórico pertinente. Os resultados mostraram que a intervenção contribuiu para o autoconhecimento dos alunos, auxiliando-os a identificar interesses no processo de escolha profissional. A orientação promoveu reflexões mais conscientes sobre carreira e projetos de vida, evidenciando a importância desse acompanhamento no desenvolvimento pessoal e profissional dos jovens.

Palavras-chave: Orientação Profissional; Projeto de vida; Autoconhecimento.

Abstract: This paper reports on an internship in Career Guidance, in which an intervention was carried out in a school located in Cianorte-PR. The intervention included two third-year high school students and aimed to promote self-knowledge, stimulate reflections on their own skills, interests, values and life projects, in addition to providing discussions on career possibilities and the job market. The internship process had three main stages: 1) initial interview to identify the volunteer's interests, aptitudes and social context, 2) application of the instruments "Life Project" and Career Interests Test (AIP), 3) feedback on the Career Guidance process. Based on the data collected, we sought to perform the analysis and interpretation of the information from a pertinent theoretical framework. The results indicated that the intervention contributed to the students' self-awareness, helping them identify their interests and the factors influencing their career choices. The guidance fostered more conscious reflections on career and life planning, emphasizing the importance of this type of support in the personal and professional development of young people.

Keywords: Professional Guidance; Life Project; Self-Knowledge.

1 INTRODUÇÃO

A Orientação Profissional é um serviço destinado a pessoas que necessitam de apoio em momentos decisivos de sua trajetória, como na escolha, planejamento ou transição de carreira, elaboração de currículos e cartas de apresentação, desenvolvimento de habilidades, participação em processos seletivos ou preparação para a aposentadoria. Cabe ressaltar o compromisso social do orientador profissional, que, segundo Mandelli, Soares e Lisboa (2011, p. 53), consiste em “promover a sensibilização dos jovens para que façam escolhas profissionais ou ocupacionais coerentes com suas possibilidades”. Nesse sentido, a Orientação Profissional vai além do simples auxílio na escolha de uma profissão, pois busca capacitar a pessoa a tomar decisões de maneira autônoma, reflexiva e responsável.

Trata-se de um processo de autoconhecimento que amplia a consciência do indivíduo sobre si mesmo, sobre o mundo do trabalho e sobre as profissões que despertam seu interesse,

1 Graduada do curso de Psicologia da Faculdade UMFG.

2 Doutora em Psicologia (UNESP-Assis), docente e psicóloga clínica.

considerando a realidade social e histórica em que está inserido. Esse processo auxilia tanto na definição de escolhas profissionais quanto na forma de pensar e organizar o projeto de vida, reconhecendo que as dimensões pessoal e profissional estão profundamente entrelaçadas (Bardagi, Santos e Luna, 2014).

No caso dos adolescentes, a Orientação Profissional tem como objetivo auxiliá-los no processo de autoconhecimento, na identificação de seus interesses, singularidades e perspectivas futuras, promovendo o desenvolvimento da capacidade de tomar decisões de forma autônoma e consciente. O presente trabalho tem como objetivo apresentar um relato de experiência referente a uma intervenção de estágio realizada em parceria com uma instituição escolar localizada no município de Cianorte-PR. A intervenção foi voltada para dois alunos do 3º ano do ensino médio e teve como propósito promover o autoconhecimento, estimular reflexões sobre as próprias habilidades, interesses, valores e projetos de vida, além de favorecer a construção de perspectivas futuras, especialmente no que se refere à escolha profissional e às possibilidades de inserção no mundo do trabalho.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Este estudo refere-se a um relato de experiência de estágio, realizado por alunos do 8º período do curso de graduação em Psicologia da Faculdade UMFG, na disciplina de Estágio Básico VI - Orientação Profissional, sob a orientação da professora Flávia Neves Ferreira. Para a participação na atividade, foi solicitado que os voluntários e seus responsáveis assinassem, no início do estágio, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O estágio contou com três etapas principais: entrevista inicial, aplicação de instrumentos e devolutiva. As entrevistas individuais aconteceram com dois alunos do 3º ano do ensino médio, voltadas à identificação de suas principais áreas de interesse, aptidões e à compreensão do contexto social em que estão inseridos. Em um segundo encontro, com o voluntário G., foi aplicada a atividade denominada “Projeto de Vida”, com o objetivo de estimular reflexões sobre os aspectos positivos e os desafios das profissões pelas quais demonstrou interesse. Já com a aluna A.J., foi utilizado o Teste de Avaliação dos Interesses Profissionais (AIP), a fim de aprofundar a compreensão sobre suas preferências profissionais. Em um terceiro encontro, foram realizadas as devolutivas do processo de Orientação Profissional com ambos os participantes.

Para a elaboração deste trabalho, foram realizadas buscas em bases de dados científicas, como SciELO, LILACS e Google Acadêmico, com o objetivo de reunir informações relevantes sobre o tema. A partir disso, foi possível articular a fundamentação teórica com os dados obtidos durante o processo de estágio.

3 RESULTADOS: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO

O estágio de Orientação Profissional, realizado com alunos do terceiro ano do ensino médio, teve como objetivo auxiliar os participantes na reflexão sobre suas aptidões, habilidades, valores e desejos. A realização do estágio incluiu, inicialmente, uma entrevista, cujo objetivo foi estimular a autorreflexão dos voluntários acerca de suas preferências e interesses, bem como proporcionar uma compreensão mais ampla sobre as características das profissões de interesse. Foram abordados aspectos como grade curricular, mercado de trabalho e instituições de ensino que oferecem o curso, entre outros elementos relevantes para a escolha profissional.

Nas entrevistas, observou-se que ambos os voluntários, embora demonstrem preocupação com a escolha profissional, não costumam dedicar tempo à reflexão sobre suas decisões, tampouco dialogam com familiares ou amigos a respeito do tema. Esse comportamento está em consonância com os achados de Soares (2007), que, em um estudo com 655 estudantes, identificou que 71,8%

(466 participantes) relataram ter escolhido o curso superior apenas entre o último ano do ensino médio e as vésperas da inscrição no vestibular. Tal dado evidencia uma tendência ao adiamento dessa escolha, apesar de sua relevância. O mesmo estudo revelou que 140 entrevistados já haviam abandonado um curso anterior, o que indica possíveis consequências de escolhas precipitadas. Essas informações são corroboradas pela pesquisa de Lehman (2014), que, ao analisar 180 casos de universitários em processo de re-escolha profissional, constatou que, na maioria das situações, o abandono do curso estava associado à ausência de reflexão no momento da escolha inicial, resultando em falta de identificação com a área escolhida.

O segundo encontro voltou-se para a aplicação de instrumentos. Para a voluntária A.J. foi aplicado o Teste de Avaliação dos Interesses Profissionais (AIP). Este teste investiga os interesses profissionais do participante em dez campos distintos, indicando tanto as áreas de maior afinidade quanto aquelas pelas quais o avaliado demonstra menor interesse. Para o voluntário G. foi aplicada a ferramenta “Projeto de Vida”, tal instrumento visa promover a reflexão sobre os aspectos positivos e desafiadores das profissões escolhidas.

O resultado do teste AIP aplicado à voluntária A.J. identificou uma pontuação muito superior nos campos Físico/Matemático (CFM) e Físico/Químico (CFQ), indicando forte afinidade com essas áreas. Apresentou ainda pontuação média superior nos campos de Cálculos/Finanças (CCF) e Organizacional/Administrativo (COA), o que sugere interesse consistente também nessas dimensões. Por outro lado, os campos que revelaram menor interesse foram o Jurídico/Social (CJS) e o Simbólico/Linguístico (CSL). Os resultados apontados pelo teste estão em consonância com os conteúdos que emergiram na primeira entrevista, na qual foi evidenciado um grande interesse pela área de conhecimento das exatas. A atividade intitulada “Projeto de Vida” aplicada ao aluno G. possibilitou levá-lo a refletir sobre os prós e contras de suas opções profissionais. O estudante identificou a carreira como atleta como uma alternativa viável no curto prazo, funcionando como uma transição até o ingresso na carreira militar, que, a longo prazo, é percebida por ele como a escolha mais estável e segura.

A Orientação Profissional não visa determinar possíveis profissões, mas possibilitar reflexões sobre os principais interesses do avaliado. A escolha cabe, portanto, ao próprio indivíduo, que, a partir dessas reflexões, poderá definir a trajetória que mais se alinha com seus interesses, aptidões, habilidades e objetivos de vida. Nesse sentido, os voluntários relataram que participar da Orientação Profissional foi um momento válido para refletirem sobre o tema, algo que segundo eles, costuma ser negligenciado diante das exigências do cotidiano escolar e pessoal. Batista e Oliveira (2021) destacam que a Orientação Profissional voltada a adolescentes deve justamente promover o desenvolvimento da capacidade de tomar decisões de forma consciente e autônoma.

Além das pressões externas, é importante considerar que a própria fase do desenvolvimento em que os estudantes se encontram pode representar um desafio adicional no processo de escolha profissional. Aberastury e Knobel (2003) descrevem a adolescência como uma fase desafiadora entre a infância e a vida adulta, em que o jovem não se encaixa nos padrões infantis, mas também não se adapta totalmente aos padrões da vida adulta. Esses desafios foram mencionados pela aluna A.J., que relatou dificuldades para lidar com as mudanças físicas, hormonais e psicológicas que está vivenciando, bem como para construir sua identidade e encontrar um grupo de pertencimento dentro da instituição.

Em relação às possíveis influências no momento da escolha profissional, a influência familiar deve ser considerada, assim como a exercida por amigos, relações sociais, o fator econômico, a tecnologia entre outros. Conforme indicam Lara *et al.* (2005), a influência familiar pode acontecer de forma explícita ou sutil, por meio de falas que valorizam algumas profissões e desvalorizam outras.

No caso de A.J., observou-se uma forte influência familiar em seu processo de decisão profissional. A aluna relatou ter conversado com os pais sobre três profissões que lhe chamavam à

atenção: Engenharia Civil, Agronomia e Biomedicina. No entanto, diante da falta de validação por parte da família, ela passou a sentir-se confusa e ansiosa em relação à decisão. Nesse contexto, a participação na Orientação Profissional contribuiu para que ela iniciasse um processo de autoconhecimento, que lhe permitiu reconhecer com mais clareza as áreas que realmente lhe despertavam interesse. A partir dessa reflexão, A.J. relatou sentir-se motivada a buscar informações sobre a carreira que mais lhe atraía (Agronomia), e concluiu que essa profissão não era tão desafiadora quanto havia sido apresentada por seus pais.

No caso do voluntário G., a influência familiar manifesta-se de forma mais sutil. Ele relatou que o pai tem grande admiração pelo exército e forças armadas, e sonhou seguir carreira militar, o que sugere uma possível influência paterna em sua escolha profissional. Nesse sentido, a Orientação Profissional ao favorecer o autoconhecimento e o reconhecimento das influências externas que afetam o processo de tomada de decisão, contribui para escolhas mais conscientes e alinhadas aos interesses individuais.

Outro aspecto evidenciado nas entrevistas refere-se à realização profissional. A.J. associa o sucesso profissional à realização pessoal, afirmando que jamais conseguiria trabalhar com algo que não tem afinidade. Por outro lado, para G. ser um profissional bem-sucedido está relacionado à remuneração econômica, sendo que esta deve ser média-alta. Ele também refere que o reconhecimento por parte dos pares e superiores é algo almejavável. De acordo com Lara *et al.* (2005), a posição socioeconômica da família reflete na escolha profissional do adolescente: adolescentes com pais que possuem maior poder aquisitivo se preocupam mais com a realização pessoal. Enquanto aqueles com pais economicamente menos favorecidos tendem a se preocupar mais com o retorno financeiro proporcionado pela profissão.

Embora ambos os entrevistados não pertençam a famílias de alta renda, as dificuldades econômicas foram mais pontuadas por G., que em alguns momentos da entrevista descreveu os sacrifícios realizados pelos pais para garantir condições básicas de vida à família, bem como o fato dele estar trabalhando à noite e aos finais de semana para ajudar em casa. Nesse sentido, é possível que a escolha profissional de G., marcada pelo desejo de alcançar estabilidade financeira, esteja, em certa medida, relacionada aos desafios econômicos enfrentados por sua família. Em contrapartida, A.J., que relatou uma situação financeira mais estável, demonstrou estar mais focada em encontrar uma profissão que lhe proporcione realização pessoal, o que revela motivações distintas na escolha profissional.

As entrevistas também evidenciaram um aspecto significativo relacionado à concepção de que a escolha profissional deve ser para a vida inteira. Segundo Lara *et al.* (2005), essa ideia torna o processo ainda mais angustiante, podendo surgir sentimentos como medo, dúvida, confusão, incerteza, receio e insegurança. Santos, Luna e Bardagi (2014) complementam ao afirmar que, além de dificultar a escolha, essa visão tem se distanciado da realidade atual, marcada por relações de trabalho cada vez mais fluidas. Diante disso, é necessário que os adolescentes também considerem as transformações que estão ocorrendo no mundo do trabalho, pois essas mudanças terão impacto direto em suas trajetórias profissionais e pessoais. Observou-se que, após o processo de Orientação Profissional, os alunos mostraram-se mais abertos a encarar a escolha da profissão não como uma decisão rígida e definitiva, mas como parte de um projeto de vida, passível de revisões, adaptações e novos direcionamentos ao longo do tempo.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se constatar que a Orientação Profissional vai além do simples auxílio na escolha de uma profissão, devendo estar fundamentada em um processo de autoconhecimento, no acesso a informações sobre o mercado de trabalho e na análise crítica do contexto social em que o indivíduo está inserido. Trata-se de um percurso que exige um posicionamento reflexivo diante de suas

potencialidades e limitações, favorecendo decisões mais conscientes e alinhadas ao seu projeto de vida.

Durante o estágio, observou-se que, apesar da relevância do tema na vida dos entrevistados, eles não contavam com apoio familiar para expressar seus desejos e angústias, e o assunto tampouco era debatido entre os colegas. Nesse contexto, as entrevistas de Orientação Profissional se configuraram como um espaço significativo, no qual puderam refletir, organizar suas ideias e aprofundar o conhecimento sobre suas áreas de interesse. Considera-se, portanto, que o estágio alcançou seu objetivo ao oferecer um ambiente de escuta e acolhimento, possibilitando que os alunos reservassem um tempo para o autoconhecimento e para a elaboração mais consciente de suas escolhas profissionais.

REFERÊNCIAS

ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. **Adolescência normal**: um enfoque psicanalítico. 10 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 2003.

BARDAGI, M. P.; SANTOS, M. M.; LUNA, I. N. O desafio da orientação profissional com adolescentes no contexto da modernidade líquida. **Rev. Ciências Humanas UFSC**. v. 48, n. 2, p. 263-281, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/revistacfh/article/view/2178-4582.2014v48n2p303> Acesso em: 27 mar. 2025.

BATISTA, E. A.; OLIVEIRA, A. R. Orientação profissional: aprendendo a ser e a escolher, manual para orientadores. **PROFEPT**, de. 1. ed., Ouro Branco, MG, 2021. Disponível em: https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/644256/2/ORIENTAÇÃO_PROFISSIONAL_-_aprendendo_a_SER_e_a_ESCOLHER.pdf Acesso em: 7 maio 2025.

LARA, L.D.; ARAÚJO, M.C.S.; LINDNER, V.; SANTOS, V.P.L.S. O adolescente e a escolha profissional: compreendendo o processo de decisão. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, [S. l.], v. 9, n. 1, 2005. Disponível em: <https://unipar.openjournalsolutions.com.br/index.php/saude/article/view/1356> /Acesso em: 7 maio 2025.

LEHMAN, Y. P. University students in crisis: University dropout and professional re-selection. **Estudos de Psicologia**, Campinas, n.31, v.1, p. 45-53, jan./mar, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/jxTd3tb47VRWbt83bMSJDsP/> Acesso em: 7 maio 2025.

MANDELLI, M. T; SOARES, D. H. P.; LISBOA, M. D. Juventude e projeto de vida: novas perspectivas em orientação profissional. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 63, p. 49-57, 2011. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1809-52672011000300006&script=sci_abstract Acesso em 20 de março de 2025.

SANTOS, M. M; LUNA, I. N.; BARDAGI, M. P. O desafio da orientação profissional com adolescentes no contexto da modernidade líquida. **Rev. Ciências Humanas UFSC**. v. 48, n. 2, p. 263-281, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/revistacfh/article/view/2178-4582.2014v48n2p303> Acesso em: 7 maio 2025

SOARES, F. L. B. **A escolha no ensino superior: fatores de decisão**. 2007, 125f. Dissertação (Mestrado em Economia). Programa de Pós-Graduação em Economia. Universidade Federal do Rio

Grande do Sul, Porto Alegre, 2007. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/10775>
Acesso em: 7 maio 2025