

FACULDADES INTEGRADAS DE ARACRUZ

CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ESTHER DE SOUSA VIEIRA

KAROLINY MOREIRA FRANCA

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA INTERVENÇÃO COM
ALUNOS DO 9º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL II**

ARACRUZ

2024

ESTHER DE SOUSA VIEIRA

KAROLINY MOREIRA FRANCA

**RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA INTERVENÇÃO COM
ALUNOS DO 9º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL II**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Psicologia da Faculdades
Integradas de Aracruz como requisito parcial
para a obtenção do título de Bacharel em
Psicologia.

Orientadora: Prof.^a Marta Rossoni

ARACRUZ

2024

ESTHER DE SOUSA VIEIRA

KAROLINY MOREIRA FRANCA

**RELATO DE EXPERIÊNCIAS DE UMA INTERVENÇÃO COM ALUNOS DO 9º
ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL II**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia da Faculdades Integradas de Aracruz como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

RESULTADO: _____ NOTA: _____

Aracruz, _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Marta Rossoni (orientadora)
Faculdades Integradas de Aracruz

Prof. Me. Jallana Rios Matos (examinadora)
Faculdades Integradas de Aracruz

Prof. Me. Mercedes Silvério (examinadora)
Faculdades Integradas de Aracruz

"Cada pessoa que passa em nossa vida
passa sozinha, mas não vai sozinha nem
nos deixa sós. Leva um pouco de nós
mesmos e nos deixa um pouco de si."

Antoine de Saint-Exupéry

RESUMO

A adolescência é uma fase marcada por diversas mudanças físicas, cognitivas e psicossociais, sendo um período crucial para a tomada de decisões que moldarão o futuro dos jovens. Para melhor entender esta fase, desenvolveu-se este trabalho que tem como objetivo geral relatar como o psicólogo pode capacitar os adolescentes a explorar suas identidades, identificar suas habilidades, interesses e valores, desenvolvendo habilidades de autonomia e fortalecer sua resiliência emocional, facilitando assim o processo de escolha acadêmica e profissional de maneira consciente. Para alcançar este objetivo, foram realizadas intervenções com 17 adolescentes, de ambos os sexos, com idades entre 14 e 15 anos, do 9º ano do Ensino Fundamental II de uma escola pública em Aracruz/ES. O projeto consistiu em quatro encontros, sendo três na escola e uma visita técnica a instituições de Cursos Técnicos integrados ao Ensino Médio. As intervenções possibilitaram que os alunos identificassem suas habilidades e interesses, promovendo o autoconhecimento e preparando-os para fazer escolhas mais seguras no futuro. Assim, o trabalho proporcionou um melhor entendimento aos adolescentes sobre suas capacidades e opções profissionais, além da compreensão de como lidar com as pressões típicas dessa fase, desenvolvendo a capacidade de tomar decisões alinhadas a suas preferências e aptidões. Isso resultou em uma maior clareza sobre as aspirações e caminhos futuros, gerando um impacto positivo nas perspectivas dos adolescentes. Bem como as intervenções possibilitaram que as estagiárias colocassem na prática os conceitos teóricos adquiridos ao longo de sua formação, aprimorando suas habilidades de adaptação de estratégias conforme as necessidades dos adolescentes. Além disso, o processo favoreceu o desenvolvimento da escuta ativa e do acolhimento, competências essenciais para o desenvolvimento da formação profissional como futuras psicólogas.

Palavras-chave: Adolescência; Grupos; Orientação Profissional.

ABSTRACT

Adolescence is a phase marked by several physical, cognitive and psychosocial changes, and is a crucial period for making decisions that will shape the future of young people. In order to better understand this phase, this work was developed with the general objective of reporting how the psychologist can enable adolescents to explore their identities, identify their skills, interests and values, develop autonomy skills and strengthen their emotional resilience, thus facilitating the process of academic and professional choice in a conscious manner. To achieve this objective, interventions were carried out with 17 adolescents, of both sexes, aged between 14 and 15 years old, in the 9th grade of Elementary School II of a public school in Aracruz/ES. The project consisted of four meetings, three at the school and one technical visit to institutions offering Technical Courses integrated with High School. The interventions allowed the students to identify their skills and interests, promoting self-knowledge and preparing them to make safer choices in the future. Thus, the work provided the adolescents with a better understanding of their capabilities and professional options, in addition to understanding how to deal with the typical pressures of this phase, developing the ability to make decisions aligned with their preferences and skills. This resulted in greater clarity about aspirations and future paths, generating a positive impact on the adolescents' perspectives. In addition, the interventions allowed the interns to put into practice the theoretical concepts acquired throughout their training, improving their skills in adapting strategies according to the adolescents' needs. In addition, the process favored the development of active listening and welcoming, essential skills for the development of professional training as future psychologists.

Keywords: Adolescence; Groups; Career Guidance

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	11
2.1 GRUPOS	11
2.2 ADOLESCÊNCIA	13
2.3 ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL	14
2.4 INFLUÊNCIA DA PSICOLOGIA NA TOMADA DE DECISÕES	16
3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	20
3.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DA EXPERIÊNCIA	20
4 ANÁLISE DOS RESULTADOS	23
4.1 CONHECENDO-SE.....	24
4.2 EXPLORANDO POSSIBILIDADES	26
4.3 ELABORANDO CAMINHOS	29
4.4 VISITA TÉCNICA.....	30
4.5 DESAFIOS E PERCEPÇÕES.....	33
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	34
REFERÊNCIAS	35

1 INTRODUÇÃO

Considerando que a adolescência é uma fase caracterizada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais (Erikson, 1968), aponta-se que, durante este período, os jovens enfrentam desafios significativos na construção de sua identidade pessoal e social, sendo a intervenção psicológica em grupo uma ferramenta potencial para auxiliar nesse processo, segundo Campos (2020), "a dinâmica grupal oferece um espaço seguro onde os adolescentes podem compartilhar suas experiências e refletir sobre suas escolhas futuras".

Posto isto, já que na adolescência há o desafio de passar da fase infantil, a qual era marcada pela dependência dos pais, para a vida adulta, na qual apresenta-se uma “necessidade” de encontrar sua própria identidade e independência, é essencial que os adolescentes tenham apoio adequado durante essa transição, logo, pais, familiares, professores e outros adultos significativos devem estar presentes para fornecer orientação, suporte emocional e encorajamento durante esse período de mudança e descoberta (Almeida, 2019).

Assim, no que tange a fase de mudança do Ensino Fundamental II para o Ensino Médio, a qual trata-se de um momento crucial na vida dos estudantes, considera-se importante que sejam implementadas estratégias específicas para apoiar os adolescentes durante essa transição. Deste modo, no contexto escolar, a orientação profissional se torna essencial para ajudar os alunos a tomarem decisões informadas sobre seu futuro educacional e profissional.

Conforme apontado por Silva e colaboradores (2021 apud Nogueira; Ximenes, 2024, p. 13), essa intervenção “pode proporcionar um espaço de reflexão entre os adolescentes para além da vida profissional, ampliando para questões da vida pessoal, da sua história de vida, da sua realidade e que auxilie na construção de projetos de vida”. Portanto, este trabalho visa relatar as experiências de uma intervenção realizada com alunos do 9º ano do Ensino Fundamental II, que incluiu quatro encontros estruturados, no período de março a junho de 2024, cada um com a duração de 50 minutos, de uma escola municipal localizada no bairro São Marcos, em Aracruz/Espírito Santo.

Diante desse cenário, surge a necessidade de responder à pergunta: **Como o psicólogo pode capacitar os alunos do 9º ano do Ensino Fundamental II a entenderem melhor suas habilidades, interesses e valores, de forma a explorar as diversas oportunidades educacionais e profissionais disponíveis para eles?**

Assim sendo, apresenta-se como **objetivo geral**: relatar como o psicólogo pode capacitar os adolescentes a explorar suas identidades, identificar suas habilidades, interesses e valores,

desenvolver habilidades de autonomia, fortalecer sua resiliência emocional, facilitando o processo de escolha acadêmica e profissional de maneira consciente.

Para tanto, pretende-se, como **objetivos específicos**: evidenciar a importância do autocuidado e da saúde mental no processo de escolha profissional; verificar a importância de um ambiente de diálogo e sua contribuição para troca de experiências dos adolescentes; e avaliar a eficácia dos grupos colaborativos na promoção de troca de experiências e apoio mútuo, observando como contribuem para o desenvolvimento das habilidades sociais e para a reflexão sobre as escolhas profissionais.

Para a compreensão deste contexto, a realização dessas práticas, durante o estágio específico com grupos de psicoterapia de adolescentes, com ênfase em clínica e saúde mental, além de atender às Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) para cursos de graduação em Psicologia (Brasil, 2011), ofereceu também uma oportunidade única para compreender como a psicoterapia em grupo é uma das alternativas de tratamento existentes, sendo uma das possibilidades o desenvolvimento de habilidades em grupos (Rangé; Neufeld, 2017).

Em linhas gerais, o relato de experiência em contexto acadêmico busca, além de descrever a vivência pessoal (experiência próxima), valorizá-la através do esforço acadêmico-científico explicativo, aplicando uma abordagem crítico-reflexiva com suporte teórico-metodológico (experiência distante) (Mussi; Flores; Almeida, 2021).

Desta forma, o primeiro encontro proporcionou aos alunos a oportunidade de refletir sobre suas características pessoais, interesses, valores e habilidades, criando uma base sólida para as etapas seguintes. No segundo encontro, os estudantes exploraram possibilidades de vida e carreira, participando de uma palestra interativa que ampliou sua visão sobre diferentes áreas profissionais, estimulando discussões sobre a importância do equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

O terceiro encontro foi dedicado à orientação individualizada, a qual os alunos elaboraram um documento identificando suas áreas de interesse e sugerindo possíveis carreiras, promovendo a conexão entre suas preferências e escolhas profissionais. Por fim, o quarto encontro consistiu em uma visita técnica a duas instituições de ensino médio integrado ao técnico, interagindo com profissionais e conhecendo laboratórios, o que incentivou a imaginação e a projeção de suas futuras trajetórias acadêmicas e profissionais.

Cada encontro foi fundamental para o processo de orientação e planejado destacando as estratégias utilizadas pelo psicólogo para promover autoconhecimento e o desenvolvimento

peçoal, proporcionando um espaço para que os adolescentes refletissem sobre suas habilidades, interesses e valores.

À vista disso, busca-se, não apenas relatar a experiência vivida, mas também situá-la dentro de um contexto acadêmico mais amplo, onde se evidencie a conexão entre a experiência pessoal e o conhecimento científico. Esse diálogo entre a experiência próxima e distante permite uma compreensão mais profunda e enriquecedora do tema em questão, contribuindo para o avanço do conhecimento na área e para uma reflexão mais crítica e informada sobre as questões abordadas (Mussi; Flores; Almeida, 2021).

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A literatura sobre intervenções educacionais no Ensino Fundamental II destaca a importância de práticas pedagógicas que promovam o engajamento e o desenvolvimento integral dos alunos, sendo estas essenciais, especialmente no 9º ano, quando os estudantes estão prestes a transitar para o Ensino Médio, uma fase crítica que demanda maiores habilidades cognitivas e emocionais (Paiva, Boruchovitch, 2010).

Além disso, os grupos terapêuticos com temáticas como orientação profissional emergem de maneira eficaz para auxiliar os jovens a navegar esse período de transição com maior clareza e confiança, a seguir será apresentado como os grupos promovem um ambiente seguro onde os adolescentes podem compartilhar experiências e refletir sobre suas aspirações futuras (Andrade, Meira, Vasconcelos, 2002).

2.1 GRUPOS

Durante a Segunda Guerra Mundial, quando os problemas psiquiátricos eram prevalentes e os recursos limitados, a terapia em grupo teve um grande desenvolvimento. Além de oferecer uma relação custo-benefício mais favorável, a terapia em grupo aproveita os "fatores grupais", elementos terapêuticos únicos que não estão presentes na terapia individual (Cordioli *et al.*, 2019).

Ou seja, as psicoterapias de grupo surgiram da necessidade de ampliar o acesso ao tratamento psicoterapêutico para um maior número de pessoas (Cordioli *et al.*, 2019), sendo, no contexto da psicoterapia e das psicoterapias de grupo, o termo "grupo" geralmente se refere a um conjunto de indivíduos que se reúnem com um propósito específico, como receber tratamento terapêutico, compartilhar experiências ou trabalhar em conjunto para alcançar objetivos comuns.

Amaral e Costa-Renders (2020) dedicaram-se a apresentar a importância do grupo no contexto da educação, especialmente na Educação de Jovens e Adultos (EJA), enfatizando que as interações grupais são fundamentais para o aprendizado e o desenvolvimento humano, citam Moreno, o qual destaca que, desde civilizações primitivas até as mais desenvolvidas, as forças do grupo desempenham um papel decisivo na estruturação da vida social. Sendo a interação entre os membros do grupo essencial para a criação de um ambiente de aprendizado saudável e produtivo.

Assim, as autoras apresentam que a interação em grupo não apenas contribui para o aprendizado individual, mas também para o desenvolvimento coletivo, onde os participantes podem

compartilhar suas histórias e construir um entendimento mais profundo sobre si mesmos e sobre os outros (Amaral, Costa-Renders, 2020).

Cordioli e colaboradores (2019) apresentam que os grupos podem variar em termos de configuração: alguns são formados por pacientes que residem dentro ou fora de uma clínica; podem ser de curta duração ou ter uma natureza aberta e permanente; em relação aos objetivos, podem ser amplos; alguns podem fornecer informações sobre o uso de medicamentos, focar em condições médicas específicas ou ter uma meta de curto prazo.

Assim, a psicoterapia em grupo é uma das possibilidades de tratamento existentes, sendo uma das alternativas desta o desenvolvimento de habilidades (Rangé; Neufeld, 2017), as quais, segundo o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF, 2003 apud Rangé; Neufeld, 2017), podem ser divididas em três categorias: cognitivas, relacionadas à análise e uso de informações; pessoais, auxiliando no crescimento pessoal e autoconhecimento; e interpessoais, abrangendo habilidades de comunicação e interação eficazes (Rangé; Neufeld, 2017).

Segundo Cordioli e autores (2019), grupos com enfoque cognitivo-comportamental têm objetivos definidos, seguem uma estrutura semelhante às sessões de terapia individual e se concentram no tratamento de problemas ou sintomas específicos, ou no manejo de situações médicas particulares.

Em linhas gerais, as atividades nesta abordagem incluem avaliação inicial do humor ou dos sintomas, revisão das tarefas atribuídas, educação psicológica, sugestão de exercícios e tarefas para casa, incentivo ao registro e autoavaliação, além de aprendizado por meio da troca de experiências e relatos, podendo as sessões serem realizadas semanalmente, quinzenalmente ou mensalmente (Cordioli *et al.*, 2019).

É crucial ressaltar que o grupo oferece um ambiente propício para o praticante aplicar os novos comportamentos aprendidos durante o treinamento. O feedback e a crítica do grupo podem ser utilizados pelo participante para aprimorar seus comportamentos; os comportamentos dos outros membros servem como modelos para o desenvolvimento de novas habilidades; além disso, o grupo é considerado um espaço para o aprimoramento da expressividade e comunicação (Conger; Mullen, 1981, Neufeld, 2011 apud Rangé; Neufeld, 2017).

Rangé, Neufeld (2017) ainda mencionam a relevância dos grupos de adolescentes neste contexto, assim, a seguir será apresentado brevemente sobre esta faixa etária.

2.2 ADOLESCÊNCIA

O desenvolvimento e a aprendizagem são processos constantes na vida de todos os indivíduos, fundamentais e presentes ao longo de toda a existência, e à medida que as pessoas evoluem e exploram seu ambiente, elas também podem influenciar seu crescimento em diversas áreas da vida, incluindo a escolha profissional (Salsinha, 2011 apud Soares, 2014).

De acordo com os modelos de desenvolvimento de carreira, as decisões relacionadas à escolha de uma ocupação constituem um processo ininterrupto que se inicia na infância e se estende até os primeiros anos da vida adulta (Crites, 1997 apud Soares, 2014).

Segundo Papalia e Feldman (2013), a adolescência é definida como "transição no desenvolvimento entre a infância e a vida adulta que impõe grandes mudanças físicas, cognitivas e psicossociais" (p. 386), havendo assim diversas teorias do desenvolvimento, como a de Erik Erikson que propôs a teoria do desenvolvimento psicossocial, enfatizando a formação da identidade como uma tarefa central nessa fase; Jean Piaget que contribuiu com sua teoria do desenvolvimento cognitivo, destacando a capacidade dos adolescentes de pensar de forma mais abstrata e complexa; e a teoria dos sistemas ecológicos de Urie Bronfenbrenner, a qual destaca a importância dos contextos sociais e ambientais no desenvolvimento adolescente (Papalia; Feldman, 2013).

Em linhas gerais, este período oferece oportunidades para o crescimento físico, cognitivo e social, autonomia, autoestima e intimidade, sendo o apoio de pais, escola e comunidade fatores que influenciam o desenvolvimento de forma positiva e saudável (Papalia; Feldman, 2013).

Logo, os ambientes social e educacional desempenham um papel significativo no desenvolvimento dos adolescentes, sendo amigos, família, escola e comunidade influências perante suas escolhas, comportamentos e perspectivas de vida. Além disso, a exposição a experiências positivas e negativas pode moldar sua visão de si mesmos e do mundo ao seu redor.

Papalia e Feldman (2013) apresentam o ambiente escolar como

uma experiência organizadora central na vida da maioria dos adolescentes. Ela oferece oportunidades para obter informação, aprender novas habilidades e aperfeiçoar habilidades antigas; participar de atividades esportivas, artísticas e outras; explorar opções vocacionais; e fazer amigos. Amplia os horizontes intelectual e social (p. 411).

Assim, o próprio sistema educacional pode agir como um freio às aspirações vocacionais, reconhecendo uma ampla gama de habilidades, e, juntamente com uma abordagem educacional mais adaptável e orientação, poderia viabilizar que um número maior de estudantes alcançasse

seus objetivos educacionais e ingressasse na carreira desejada, possibilitando-lhes contribuir conforme suas capacidades (Papalia; Feldman, 2013).

Ademais, as influências que afetam o sucesso escolar dos adolescentes, seu planejamento e preparação educacional são: crenças na autoeficácia, estilos de criação, influências culturais e dos amigos, gênero e qualidade da escolarização (Soares, 2014).

Posto isto, a BNCC e o Referencial Curricular Nacional para a Educação Básica (Ministério da Educação, 2018), apontam que a educação deve promover o desenvolvimento integral dos estudantes, incluindo a formação para a vida cidadã e o protagonismo juvenil, ajudando no desenvolvimento de habilidades socioemocionais, de autogestão e de planejamento de carreira, preparando-os para enfrentar os desafios do mundo contemporâneo (Ministério da Educação, 2018).

Face às características desse público e do sistema educativo em que se inserem, a diante será apresentado sobre a orientações profissional.

2.3 ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Santos (2021) define Orientação Profissional (OP) como um processo de auxílio e orientação que visa ajudar indivíduos na elaboração e consecução de seu projeto de vida profissional, o qual envolve a mediação e cooperação entre um profissional especializado e um sujeito ou grupo de sujeitos que necessitam de orientação em relação aos aspectos envolvidos na escolha de uma carreira.

Para tanto, abrange-se diversos elementos, como o conhecimento do processo de escolha, o autoconhecimento, o conhecimento do mundo do trabalho e modelos de elaboração de projetos profissionais (Santos, 2021).

Ao longo das décadas, a OP na legislação educacional brasileira passou por transformações significativas. Originariamente vinculada à orientação educacional na década de 1920, a prática da Orientação Profissional foi perdendo espaço como uma ação intencional e sistematizada nas escolas (Pereira, 2019).

No entanto, com as mudanças na legislação, como a Lei nº 13.415/2017, houve um fortalecimento da Orientação Profissional, com ênfase na formação integral dos alunos e na construção de seus projetos de vida, abrindo caminho para uma implementação mais estruturada e integrada ao currículo escolar, especialmente em programas educacionais como o Programa Ensino Integral (Pereira, 2019).

Essas alterações na legislação educacional têm destacado a importância da escola em orientar os alunos no processo de escolha das áreas de conhecimento ou de atuação profissional, visto que promove o desenvolvimento de competências socioemocionais e a reflexão sobre o projeto de vida dos alunos, contribuindo para uma educação mais abrangente e alinhada às necessidades do século XXI (Pereira, 2019).

Sobre essas novas perspectivas em orientação profissional, Mandelli, Soares e Lisboa (2011) destacam a importância desse processo para o desenvolvimento dos jovens, não se restringindo apenas à escolha de uma profissão, mas também envolve a construção de um projeto de vida, por meio do qual, os jovens podem ressignificar ou criar um plano para o futuro, compreendendo suas possibilidades e visualizando caminhos para alcançar seus objetivos.

Além disso, para as autoras, a OP estimula a reflexão crítica dos jovens diante das exigências do mercado de trabalho atual, promovendo uma visão mais ampla e consciente das escolhas a serem feitas, de forma a desenvolver um posicionamento crítico e reflexivo em relação ao mundo do trabalho (Mandelli; Soares; Lisboa, 2011).

“Ou seja, a intervenção em orientação profissional deve proporcionar ao jovem orientando um momento de reflexão, especialmente acerca do que está por trás da sua escolha” (Almeida; Pinho, 2008, p. 8).

Para tanto, diversos fatores essenciais devem ser considerados, como: o autoconhecimento, pois é fundamental que os jovens façam uma reflexão sobre seus interesses, habilidades, valores e personalidade para identificar quais áreas profissionais estão alinhadas com suas características; quais as oportunidades educativas existentes, visto que conhecer as opções de cursos superiores, técnicos e profissionalizantes disponíveis, bem como as instituições de ensino que oferecem esses cursos, é crucial para tomar uma decisão informada sobre a carreira a seguir; o mercado de trabalho, o que pode ajudar os jovens a escolher uma carreira com boas oportunidades de emprego e crescimento; as experiências práticas, uma vez que realizar atividades de orientação vocacional, como visitas a empresas, conversas com profissionais da área desejada e estágios, pode proporcionar uma visão mais concreta e realista sobre as diferentes profissões; e o suporte e a orientação dos pais, professores e orientadores educacionais, os quais são fundamentais para auxiliar os jovens nesse processo de escolha profissional, oferecendo informações, apoio emocional e encorajamento (Da Silva; Becker, 2007).

Outros autores, De Carvalho e Marinho-araujo (2010), apresentam que a OP pode ser vista como um processo evolutivo que promove a aquisição de atitudes, conhecimentos e

capacidades necessárias para que os estudantes tomem suas próprias decisões de carreira de forma desenvolvimentista, tendo a oportunidade de desenvolver não apenas habilidades técnicas, mas também competências relacionadas à sua carreira e desenvolvimento pessoal.

E quando praticada em contexto escolar, pode ser mais eficaz em termos de resultados, especialmente quando se foca em intervenções preventivas e promocionais para ajudar os indivíduos com suas questões de carreira (De Carvalho; Marinho-araujo, 2010).

Além disso, desempenha um papel fundamental na promoção da autoconsciência e autoconhecimento dos jovens, permitindo que identifiquem seus pontos fortes e áreas de interesse. Sendo que ao explorar suas aptidões e interesses, os jovens podem ampliar suas perspectivas em relação às possíveis carreiras a seguir, aumentando sua autoconfiança e autoeficácia na tomada de decisões (Silva, 2008).

Por fim, estes processos também contribuem para a redução da indecisão e ansiedade relacionadas à escolha de carreira, fornecendo suporte e orientação especializada aos jovens durante esse processo de tomada de decisão. Além disso, ao receber acompanhamento e orientação de profissionais qualificados, os jovens podem explorar suas opções de carreira de forma mais estruturada e segura, aumentando sua autoconfiança e satisfação com suas escolhas futuras (Silva, 2008).

Em vista desse profissional qualificado, será exposto como a psicologia pode fornecer bases teóricas e práticas necessárias para este processo.

2.4 INFLUÊNCIA DA PSICOLOGIA NA TOMADA DE DECISÕES

No contexto da OP, o psicólogo desempenha um papel fundamental como um profissional capacitado para auxiliar os indivíduos na exploração de suas habilidades, interesses e valores, bem como na tomada de decisões relacionadas à escolha de carreira. O psicólogo escolar, por exemplo, pode atuar diretamente com os estudantes, oferecendo suporte e orientação para que possam refletir sobre suas escolhas profissionais e desenvolver um projeto de vida alinhado com suas características individuais (Santos, 2021).

Silva (2008) aponta que o campo da Psicologia fornece uma base teórica sólida e ferramentas práticas que permitem aos profissionais de OP compreenderem melhor as necessidades, interesses e habilidades dos indivíduos, ajudando-os a explorar e identificar suas vocações e potenciais profissionais, logo

tendo em conta que a Orientação Escolar e Profissional dos alunos constitui uma das áreas de intervenção dos Serviços de Psicologia e Orientação a nível escolar (Decreto – Lei n.º 300/97, de 31 de outubro) fica patente que estes serviços jogam um importante papel na concepção, organização e implementação das atividades a nível escolar, destinados a apoiar a tomada de decisão dos alunos (Konigstedt, 2008, p. 2).

Portanto, por meio de sua expertise em psicologia e orientação profissional, o psicólogo pode desempenhar um papel crucial no auxílio aos jovens na construção de um projeto de vida profissional significativo e satisfatório. E isso se dá devido ao vasto conhecimento do psicólogo, que, através deste, leva em consideração questões como “as características individuais das pessoas, ou seja, seus valores, interesses, habilidades e experiências” (Zunker, 1986 apud Soares, 2014, p. 18), o que facilita o processo de orientação dos adolescentes.

Segundo as autoras Rocha, Costa, Cardoso (2017) o uso de intervenções psicológicas auxilia na promoção do “desenvolvimento de conhecimentos, atitudes e competências de gestão e desenvolvimento da carreira ao longo da vida” (p. 2), portanto, estas são muito importantes para a criação de condições que possibilitem os jovens a obter as competências necessárias para tomar decisões de carreira (Pocinho, 2011 apud Rocha; Costa; Cardoso, 2017).

Em uma perspectiva desenvolvimentista, a atuação do psicólogo escolar pode favorecer a superação do enfoque remediativo, focando mais nas competências dos alunos do que em seus déficits, por consequência cria espaços de interlocução com educadores para promover a transformação em suas práticas, assumindo a corresponsabilidade pela formação dos alunos e influenciando suas decisões de carreira (De Carvalho; Marinho-araujo, 2010).

Posto isso, segundo o autor Almeida (apud Pocinho *et al.*, 2010, p. 4) um dos principais objetivos do psicólogo na área de orientação é:

[...] facilitar a aprendizagem e o desenvolvimento psicossocial dos alunos, contribuindo para a aquisição de conhecimentos ao nível dos conteúdos curriculares e do aprender a aprender e a pensar, favorecendo o autoconhecimento, estimulando a motivação, a construção de projetos de vida, e o desenvolvimento de capacidades e interesses.

Portanto, pode-se afirmar que o psicólogo tem papel essencial nessa fase, é o responsável por criar condições para que o adolescente possa refletir sobre sua escolha de carreira, bem como é fundamental que esse profissional auxilie no desenvolvimento e definição de maneira consciente nas decisões dos jovens (De Carvalho; Marinho-araujo, 2010).

Ainda segundo os autores, para se efetivar a prática da educação para a carreira no cotidiano escolar, é recomendado que o psicólogo conceba sua intervenção em termos macro, recorrendo a teorias do desenvolvimento da carreira, contribuindo para que os alunos compreendam o

processo de tomada de decisão e formem um quadro de referência cognitivo-motivacional na escolha profissional, reduzindo a ambiguidade e favorecendo a confiança na tomada de decisão (De Carvalho; Marinho-araujo, 2010).

Além disso, cabe ao psicólogo criar um serviço colaborativo com os professores e demais profissionais da educação a fim de dinamizar as modalidades de intervenção vocacional, desde programas de orientação até atividades informativas que aproximam o adolescente ao contexto de trabalho (Gamboa; Paixão; Jesus, 2011 apud Rocha; Costa; Cardoso, 2017).

Assim, o psicólogo pode colaborar com outros profissionais da educação, como professores e orientadores educacionais, para integrar a orientação profissional de forma mais abrangente no ambiente escolar, permitindo uma abordagem mais completa e eficaz no apoio aos estudantes em suas escolhas de carreira (., 2021).

Bem como, sua atuação na OP também pode-se destacar pela aplicação de abordagens de aconselhamento e intervenção psicológica, que visam lidar com questões emocionais, conflitos internos e barreiras psicológicas que possam surgir durante o processo de escolha de carreira. Desta forma, a influência da psicologia na orientação profissional é essencial para promover o autoconhecimento, a autoconfiança e o desenvolvimento profissional dos indivíduos, contribuindo para escolhas de carreira mais conscientes e alinhadas com suas características pessoais (Silva, 2008).

Santos (2021), apresenta os testes psicológicos com um papel importante no processo de orientação profissional, auxiliando os psicólogos na avaliação de habilidades, interesses, aptidões e características pessoais dos indivíduos, fornecendo informações objetivas e embasadas sobre os aspectos psicológicos dos clientes, contribuindo para uma orientação mais precisa e individualizada.

O autor descreve testes de avaliação de interesses, como o AIP (Avaliação de Interesses Pessoais) e o EAP (Escala de Aconselhamento Profissional), que ajudam a identificar as áreas de interesse dos indivíduos e a relacioná-las com possíveis carreiras ou campos de atuação, e testes de avaliação de personalidade, como o QUATI (Questionário de Avaliação Tipológica) e o SDS (Questionário de Busca Autodirigida), os quais permitem avaliar características de personalidade, preferências e estilos de trabalho, auxiliando na identificação de perfis profissionais adequados (Santos, 2021).

Além destes, outras técnicas e instrumentos, como jogos e dinâmicas de grupo, também podem ser utilizados no processo de orientação profissional para enriquecer a avaliação e promover a reflexão dos indivíduos sobre suas escolhas e interesses (Santos, 2021).

Os grupos terapêuticos voltados para a orientação de adolescentes têm se mostrado uma abordagem eficaz no suporte ao desenvolvimento pessoal e profissional dos jovens. Esta metodologia, além de facilitar o autoconhecimento, permite a exploração de interesses e habilidades, fundamentais na escolha de uma carreira. Segundo Souza e Soares (2020), esses grupos promovem um ambiente seguro onde os adolescentes podem compartilhar experiências e refletir sobre suas aspirações futuras.

Conforme Silva *et al.* (2021 apud Nogueira; Ximenes, 2024, p. 22), "a dinâmica grupal favorece o desenvolvimento de competências socioemocionais essenciais para a escolha profissional, como empatia, assertividade e resiliência", ou seja, a interação grupal contribui significativamente para a formação da identidade vocacional dos adolescentes, visto que o apoio mútuo entre os participantes do grupo potencializa a tomada de decisões mais conscientes e fundamentadas.

Além disso, a orientação em grupo permite que os adolescentes compreendam melhor as influências externas que impactam suas escolhas profissionais. Segundo Reis *et al.* (2019), é fundamental que os jovens sejam capazes de identificar pressões sociais e expectativas familiares que podem distorcer sua percepção sobre determinadas profissões. Através das discussões em grupo, esses fatores são desmistificados, promovendo escolhas mais alinhadas aos verdadeiros interesses dos adolescentes.

Em linhas gerais, a integração entre Psicologia e Educação é essencial para promover a capacitação para a carreira de forma abrangente, tendo os avanços teórico metodológicos na Psicologia Escolar e na Orientação Profissional no Brasil destacando a importância da perspectiva desenvolvimentista, da intervenção macro e da promoção do desenvolvimento global dos alunos, logo, esses avanços refletem uma mudança de paradigma que prioriza a construção de projetos de vida significativos e a promoção da cidadania (De Carvalho; Marinho-araujo, 2010).

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O relato de experiências permite ao pesquisador abordar questões complexas e contextuais que não podem ser totalmente compreendidas através de métodos quantitativos tradicionais (Stake, 2010). Já Wolcott (2009) destaca que os relatos de experiências são particularmente valiosos em áreas como educação, saúde e ciências sociais, onde a compreensão das nuances e particularidades do comportamento humano é crucial.

Para Creswell (2013), a utilização do relato de experiências pode enriquecer a pesquisa ao combinar descrições detalhadas com análises interpretativas. Tal abordagem permite aos pesquisadores não apenas descreverem os acontecimentos, mas também interpretar os significados subjacentes às experiências relatadas pelos participantes.

Assim, para abordar a temática de grupos terapêuticos sobre orientação profissional com adolescentes e alcançar o objetivo de relatar como o psicólogo pode capacitar adolescentes a explorar suas identidades, identificar suas habilidades, interesses e valores, desenvolver habilidades de autonomia, fortalecer sua resiliência emocional, facilitando o processo de escolha acadêmica e profissional de maneira consciente, a experiência aqui relatada será contextualizada a seguir.

3.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A experiência ocorreu durante o Estágio Supervisionado Específico II, no período de março a junho de 2024, dividido em quatro encontros sequenciais, cada um com a duração de 50 minutos, e incluindo a proposta de visitas técnicas a duas instituições de Ensino Médio Integrado, realizado com um grupo terapêutico de adolescentes do nono ano do Ensino Fundamental II de uma escola municipal localizada no bairro São Marcos, em Aracruz/Espírito Santo.

A turma selecionada pela escola para participação do projeto foi a 9º ano “C” do turno vespertino, composta por 23 alunos, com idades entre 14 e 15 anos, sendo o total de alunos participantes de 17 alunos, divididos em dois grupos: 7 alunos no grupo 1 e 10 no grupo 2.

Composto em sua maioria por meninas, o Grupo 1 era constituído por 6 meninas e 1 menino, e a idade dos alunos variável, sendo que seis deles têm 14 anos e um aluno tem 15 anos. Já o Grupo 2 composto por 10 meninos, dos quais oito têm 14 anos e dois têm 15 anos. Um dos alunos deste grupo possui um laudo médico com o CID: F70, indicando uma deficiência intelectual leve.

A princípio, o relato de experiências terá como base os relatórios e materiais dos encontros, material o qual descreve uma série de atividades e recursos cuidadosamente planejados para capacitar os alunos a entenderem melhor suas habilidades, interesses e valores, bem como as diversas oportunidades educacionais e profissionais disponíveis para eles.

Desta forma, considera-se capacitação como o processo de adquirir habilidades, conhecimentos e competências específicas para desempenhar determinadas funções, realizar tarefas ou alcançar objetivos específicos, envolvendo tanto o desenvolvimento de habilidades técnicas quanto o aprimoramento de competências comportamentais e cognitivas necessárias para realizar um trabalho de forma eficaz.

Assim, esta capacitação objetivou: explorar um ambiente de diálogo e troca de experiências entre os alunos; estimular a reflexão sobre a relação entre interesses pessoais e escolhas profissionais; compartilhar informações sobre diversas áreas profissionais, suas características e exigências; compartilhar com os alunos a importância do autocuidado e da saúde mental no processo de escolha profissional; e integrar atividades de promoção da saúde mental em todas as etapas do projeto.

Durante os encontros, as atividades foram elaboradas para estimular a participação ativa dos alunos. Palestra interativa que introduziu a temática "Explorando Diferentes Áreas Profissionais", dinâmicas de grupo, como "Mapa de Habilidades" e discussões sobre interesses e habilidades, orientações individuais foram realizadas, criando um ambiente propício ao engajamento e à troca de experiências. Os alunos foram incentivados a se expressar e a refletir sobre suas escolhas profissionais, o que contribuiu para um maior autoconhecimento.

As visitas técnicas a instituições como o IFES e o SENAI foram um dos pontos altos do projeto. Essas experiências práticas permitiram que os alunos conhecessem a infraestrutura das escolas e os cursos oferecidos, complementando o aprendizado teórico com vivências reais. Essa abordagem prática não apenas motivou os alunos, mas também os ajudou a visualizar melhor suas futuras escolhas acadêmicas e profissionais.

Além disso, atividades de casa foram propostas, as quais promoveram a autorreflexão, permitindo que os adolescentes pensassem sobre suas vidas atuais e suas expectativas para o futuro, incentivando a responsabilidade nas decisões que tomariam.

Por fim, momentos de feedback foram incorporados ao final das atividades, em que os alunos puderam compartilhar suas experiências e reflexões sobre o que aprenderam. Essa etapa foi

crucial para avaliar o impacto das atividades e para reforçar a importância do diálogo aberto sobre suas emoções e escolhas.

Deste modo, o relato de experiências é a metodologia qualitativa proposta para o presente trabalho, frequentemente utilizada em pesquisas acadêmicas, especialmente em trabalhos de conclusão de curso, por sua capacidade de fornecer insights profundos e detalhados sobre fenômenos específicos.

Para tanto, pretende-se contextualizar os dados dentro do contexto mais amplo da pesquisa, ou seja, realizar uma análise dos dados à luz da literatura existente sobre o assunto, bem como a consideração do contexto social, cultural e histórico em que a experiência ocorreu, para assim buscar padrões, tendências e relações entre diferentes elementos do relato, por meio da análise temática, onde se identificam e se agrupam os temas recorrentes nos relatos. Por fim, interpretação e discussão do observado, bem como a reflexão sobre as implicações mais amplas dos resultados.

4 ANÁLISE DOS RESULTADOS

A condução das intervenções com os grupos de adolescentes foi um processo rico e multifacetado, que possibilitou não apenas a aplicação de técnicas de desenvolvimento emocional, mas também a observação de dinâmicas grupais e individuais que se desdobraram ao longo das atividades.

Um ponto importante a ser destacado é o planejamento minucioso das intervenções, realizado sob a orientação da professora responsável pela disciplina de Estágio Supervisionado Específico II. Esse planejamento estruturado mostra-se essencial para assegurar a eficácia das atividades, especialmente em contextos grupais, onde as dinâmicas podem ser imprevisíveis, dificultando o controle e a previsibilidade. Entretanto, faz-se necessário que os profissionais adotem uma postura flexível, estando preparados para adaptar o plano conforme as necessidades do grupo se manifestarem ao longo do processo.

Rangé e Neufeld (2017) destacam que o planejamento estruturado das intervenções em grupos está diretamente relacionado à eficácia da terapia cognitivo-comportamental (TCC). O planejamento rigoroso é essencial para manter a organização e garantir que os objetivos terapêuticos sejam atingidos de forma sistemática. No entanto, os autores também apontam que é fundamental que o facilitador seja capaz de ajustar o planejamento conforme as demandas e reações dos participantes emergem durante o processo terapêutico, mantendo o foco nas metas iniciais, mas adaptando o caminho para alcançar resultados eficazes.

Durante a realização das intervenções, percebeu-se a necessidade constante de receber supervisões adicionais. A procura frequente pela supervisora para esclarecer dúvidas e obter orientações foi fundamental para o desenvolvimento e aprendizado teórico-prático, permitindo a condução dos encontros com maior confiança e precisão.

Isso reflete a complexidade prática dessas atividades e reforça a ideia de que a supervisão contínua é uma ferramenta indispensável para o desenvolvimento profissional. A busca por orientação constante demonstrou a importância da supervisão reflexiva, conceito que pode ser relacionado à teoria de Donald Schön (1983) sobre "reflexão-na-ação". Segundo Schön, o profissional em formação reflete sobre sua prática enquanto a realiza, ajustando suas ações em resposta às situações vivenciadas. Esse processo reflexivo, mediado pela supervisão, é essencial para o aprendizado contínuo e crítico, contribuindo diretamente para a melhoria da prática interventiva.

Além disso, a compreensão das dinâmicas grupais possibilitou que as facilitadoras interviessem de forma mais eficaz, ajudando o grupo a focar em seu verdadeiro objetivo: o desenvolvimento da consciência sobre suas habilidades e interesses vocacionais. Esse entendimento promoveu um ambiente de diálogo reflexivo, no qual cada adolescente pôde explorar suas próprias perspectivas de forma produtiva.

Desta maneira, o propósito de todas as práticas realizadas foi cumprir a função do psicólogo, promovendo rodas de conversa, diálogos, atividades e dinâmicas, ações que visaram contribuir para a vida dos adolescentes, auxiliando-os na identificação de suas aptidões, interesses e habilidades, para que assim fosse possível tomar decisões mais assertivas.

4.1 CONHECENDO-SE

O primeiro encontro com os alunos teve como objetivo proporcionar um momento de autoconhecimento, essencial para o processo de orientação profissional. Nesta etapa, os adolescentes foram convidados a refletir sobre suas características pessoais, interesses, valores e habilidades, na intenção de identificar fatores que influenciam suas escolhas de vida e futuras decisões profissionais.

Quanto aos participantes, estes mostraram-se receptivos ao ambiente, adotando posturas relaxadas e engajando-se nas técnicas de respiração e movimento sugeridas. Essa receptividade reflete a criação de um espaço seguro e acolhedor, fundamental para o desenvolvimento emocional dos adolescentes, conforme destacado por Wolcott (2009). Ele enfatiza que, em pesquisas qualitativas, é crucial criar um ambiente que favoreça a expressão e a troca de experiências, o que enriquece a coleta de dados e a análise, visto que um ambiente seguro facilita o desenvolvimento emocional e uma interação bem-sucedida, na qual os participantes se sentem confortáveis para compartilhar suas vivências (Wolcott, 2009).

No que tange as habilidades individuais dos adolescentes, foi realizada uma dinâmica que teve como objetivo incentivar os alunos a refletirem e registrarem suas principais competências. Houve uma participação significativa, muitos alunos escreveram diversas habilidades, todavia, embora tenha sido explicada a proposta da atividade, emergiram algumas escritas que suscitaram discussões breves em grupo e demandam uma análise mais aprofundada. Dentre estas, destacam-se as menções a habilidades como "comer", "dormir", "ouvir música", "mexer no celular", "estressada", "ciumenta", "ser coquette", entre outros.

A análise dos relatos dos adolescentes reflete comportamentos cotidianos que podem ser vistos, à primeira vista, como hábitos superficiais ou rotineiros. No entanto, sob a ótica da saúde mental

e do desenvolvimento emocional, esses comportamentos podem carregar significados mais profundos, relacionados a estratégias de enfrentamento, regulação emocional e até mesmo à construção de identidade.

Conforme Almeida *et al.* (2019), a adolescência é um período crítico para a saúde mental, marcado por mudanças emocionais e cognitivas significativas. Os comportamentos citados pelos adolescentes podem estar relacionados a tentativas de autorregulação emocional e busca de conforto em um período caracterizado por desafios sociais e psicológicos. A repetição de atividades como "mexer no celular" ou "ouvir música" pode ser uma forma de distração ou regulação diante de estressores externos ou internos, como ansiedade ou insegurança.

A referência à "ciumenta" e "estressada" sugere a manifestação de dificuldades emocionais e interpessoais que podem estar ligadas à falta de habilidades de regulação emocional ou à dificuldade em lidar com conflitos nas relações sociais, aspectos importantes no desenvolvimento de competências sociais e emocionais. Soares (2014) destaca que essas competências são fundamentais para a escolha vocacional e a formação da identidade, sendo crucial refletir sobre como esses comportamentos impactam o bem-estar e as escolhas futuras.

No contexto da TCC em grupos, conforme apontado por Rangé e Neufeld (2017), é importante que os adolescentes aprendam a identificar pensamentos automáticos e crenças centrais que possam estar subjacentes a esses comportamentos. Por exemplo, o comportamento de "ser coquette" pode revelar uma busca por aceitação social ou uma tentativa de afirmar a identidade em um grupo. Explorar essas motivações pode facilitar o desenvolvimento de habilidades para lidar com as pressões sociais e internas de forma mais adaptativa.

Em suma, esses relatos não devem ser vistos apenas como comportamentos isolados, mas como sinais que apontam para a necessidade de uma reflexão mais ampla sobre as motivações, emoções e dinâmicas interpessoais dos adolescentes. Ajudá-los a entender esses padrões pode contribuir para o seu desenvolvimento emocional, social e acadêmico, além de promover um maior autoconhecimento e preparo para o futuro. Assim, essa atividade não apenas promoveu a autoexpressão, mas também facilitou a construção de vínculos entre os participantes, um aspecto crucial para o engajamento e a participação ativa.

Além disso, essa atividade se mostrou muito importante, visto que houve a participação ativa das estagiárias, que também compartilharam suas habilidades, o que facilitou a criação de uma conexão mais próxima com os alunos através dessa interação, possibilitando um ambiente de troca e confiança.

Também nesse momento, foi constatada a existência de um laudo de Deficiência Intelectual Leve (DI) de um dos alunos. Diante disto, ressaltou-se a importância da atenção às necessidades específicas dos participantes, evidenciando a importância da supervisão e do suporte adequado para garantir a inclusão e o bem-estar de todos os envolvidos.

Portanto, pôde-se observar de fato quão importante é a inclusão de alunos com deficiência na terapia em grupo, portanto, ao incluir, se garante um ambiente mais acolhedor, permitindo que o adolescente se sinta parte daquele grupo, garantindo a oportunidade de aprendizado tanto do mesmo quanto do restante do grupo. O aluno em específico se mostrou muito sociável e participou de todas as atividades propostas para o momento com afinco.

Diante disso, notou-se a necessidade de estimular os alunos a refletirem sobre o impacto dessas características em suas interações sociais e no seu desenvolvimento pessoal, explorar se tais comportamentos estão associados a dificuldades no manejo emocional ou a padrões de pensamento negativos, e destacar também a importância de promover a aceitação pessoal e o engajamento em estratégias voltadas ao crescimento e desenvolvimento individual.

Desta forma, o primeiro encontro, voltado para o autoconhecimento, serviu como uma base essencial para preparar o aluno para o encontro seguinte, permitindo que os adolescentes refletissem sobre suas características pessoais, interesses, valores e habilidades. Esse processo inicial de autorreflexão preparou os alunos para o segundo encontro, no qual o foco foi a exploração de diferentes possibilidades de vida e carreira. Com uma compreensão mais clara de si mesmos, os estudantes estavam mais aptos a considerar as diversas opções apresentadas, refletindo sobre como suas aptidões e aspirações poderiam se alinhar às características e perspectivas das diferentes áreas profissionais.

4.2 EXPLORANDO POSSIBILIDADES

No segundo encontro, a proposta foi ampliar o horizonte dos alunos em relação às suas opções de vida e carreira, incentivando-os a considerar e explorar diferentes possibilidades e refletir sobre seus interesses e ambições. A temática central abordou a importância de equilibrar vida pessoal e profissional, essencial para a satisfação e bem-estar. Bem como foi promovido uma palestra interativa sobre as diferentes áreas de atuação profissional, suas características e perspectivas, com o objetivo de orientar os estudantes na identificação de possíveis caminhos que melhor se alinhem às suas aptidões e expectativas.

Durante o encontro, evidenciaram-se relatos dos alunos sobre as diversas situações que enfrentam no ambiente familiar. De acordo com eles, são frequentemente submetidos a pressões

relacionadas à escola, como a exigência de se dedicar aos estudos e a expectativa de "ser alguém na vida". Além disso, mencionaram outros tipos de pressões que também impactam seu cotidiano, refletindo na forma como lidam com suas escolhas e no desenvolvimento de sua autoestima e autoconfiança.

Nesse contexto, cabe ao psicólogo o papel de mediador e suporte, auxiliando o adolescente a atravessar esse processo, promovendo uma tomada de decisão consciente e oferecendo apoio integral à sua saúde mental.

Logo, nesse processo de escolha profissional, deve-se dar atenção a saúde mental do adolescente, visto que, nessa fase os estudantes enfrentam grande pressão, que muitas vezes vem acompanhada pelo medo de fracassar ou das possíveis consequências que acarretarão suas decisões (Gonzaga; Lipp, 2014).

Segundo Tricoli (2010 apud Gonzaga; Lipp, 2014, p. 3), o nível de estresse na adolescência pode estar ligado tanto a influências externas quanto a fatores internos, referente as externos, encontram-se:

responsabilidades excessivas; mudanças significativas ou frequentes; excessos de atividades; exigência ou rejeição por parte dos colegas; morte na família; separação dos pais ou brigas frequentes; conflitos com os pais; certos métodos de ensino escolar; doença e hospitalização; perda da condição de vida; [...]; escolha profissional [...].

No tocante aos fatores internos, podem ser citados:

ansiedade, timidez, autoestima, insegurança, desejo de agradar, medo do fracasso, preocupação com as mudanças físicas, dúvidas quanto à inteligência, capacidade, beleza etc.; medos relacionados à exposição ou rejeição social; sentimento de injustiça sem ter como se defender; desacordo entre as expectativas e exigências de sucesso e o verdadeiro potencial (Gonzaga; Lipp, 2014, p. 3),

Estes fatores, tanto internos quanto externos, puderam ser vistos na prática, de acordo com os relatos dos adolescentes, eles se veem pressionados a fazer escolhas que parecem determinar toda a sua trajetória futura. Desta maneira, as imposições e expectativas familiares em relação às decisões dos adolescentes podem desencadear diversas reações, como conflitos familiares, comportamentos problemáticos e até desinteresse.

Nesse contexto, o apoio da família é, sem dúvida, essencial, reconhecendo-se que sua influência sempre estará presente. No entanto, é crucial que as expectativas dos familiares não prevaleçam sobre os desejos e aspirações dos adolescentes, permitindo que eles façam escolhas mais alinhadas com suas próprias vontades.

Os relatos levantados pelos alunos evidenciaram a necessidade de abordar temas como o estabelecimento de limites saudáveis, a negociação de expectativas realistas e o desenvolvimento de habilidades de comunicação interpessoal.

Acerca da palestra interativa, houve uma conversa aprofundada com os alunos, visando ampliar sua percepção das múltiplas possibilidades existentes no mercado de trabalho. Esse momento foi marcado por uma rica troca de conhecimentos e experiências, na qual tanto os facilitadores quanto os alunos compartilharam suas perspectivas e vivências, promovendo um diálogo enriquecedor e interativo.

Notou-se que a ansiedade em relação ao futuro é uma preocupação comum entre os adolescentes, especialmente em uma fase da vida em que estão enfrentando transições significativas, assim destaca-se a necessidade de validar esses sentimentos e fornecer informações sobre opções de carreira, habilidades de enfrentamento para lidar com a ansiedade e oportunidades para explorar interesses pessoais.

Posto isso, diante da grande influência exercida pelos fatores externos e internos no processo de escolha profissional do adolescente que podem gerar inúmeras consequências, evidencia-se a importância de um olhar mais aguçado e suporte adequado para a saúde mental desse público, evitando a sobrecarga emocional e garantindo que escolhas mais conscientes e alinhadas aos seus valores e habilidades possam ser feitas, promovendo consequentemente o bem-estar.

Ao final da palestra interativa, foi realizada uma dinâmica na qual os alunos posicionavam cartões em suas testas e faziam perguntas, às quais os demais alunos respondiam com “sim” ou “não”. As perguntas variavam entre temas como a remuneração das profissões e sobre a área de atuação.

Essa dinâmica levou os participantes a refletirem sobre os estereótipos que são introduzidos em relação às profissões, os quais podem influenciar suas decisões.

Segundo o Terra *et al.* (2012, apud Frabetti, 2015, p. 3) “essa simplificação, muitas vezes, reduz um fenômeno à sua aparência e contribui para a construção de discursos que podem limitar as escolhas profissionais”. Isso evidencia a importância de saber filtrar as informações recebidas.

Após o segundo encontro, que teve como proposta ampliar o horizonte dos alunos em relação às suas opções de vida e carreira, os adolescentes ficaram mais preparados para a orientação individualizada no terceiro encontro.

4.3 ELABORANDO CAMINHOS

No terceiro encontro, foi realizada uma orientação individualizada com os alunos, com o objetivo de elaborar um documento que identificasse possíveis áreas de interesse e sugerisse carreiras alinhadas a esses interesses. Essa atividade buscou estimular a reflexão sobre a conexão entre os interesses pessoais e as escolhas profissionais, incentivando o adolescente a considerar como suas preferências poderiam influenciar na definição de uma trajetória de carreira mais satisfatória e significativa.

Desta maneira, fica evidente a importância de o psicólogo ajudar os adolescentes no desenvolvimento de explorar suas identidades, reconhecendo suas habilidades, interesses e valores, com o propósito de tornar o processo de escolha acadêmica e profissional mais consciente e assertivo, visto que, é na fase da adolescência que acontecem uma série de desenvolvimentos constante, que geram mudanças em sua individualidade (Wolcott, 2009).

De acordo com a autora (Santos; Dos Santos, 2020 p. 14)

É preciso ter em vista que necessitamos de mais do que profissionais competentes em seus ofícios, profissionais conscientes de suas escolhas, críticos, e dentro das possibilidades realizados em suas vidas, pois uma boa escolha profissional promove saúde, qualidade de vida e trabalho, diminuem o número de pessoas desempregadas, além de evitar adoecimentos.

Portanto, pode-se aferir que, o trabalho do psicólogo para os adolescentes nesta fase deve ser encarado como essencial frente a um momento em que muitas escolhas são tomadas (Santos; Dos Santos, 2020).

Quando perguntado aos alunos sobre o que haviam achado dos encontros, todos, sem exceção abriram um sorriso e compartilharam que a experiência havia sido positiva para eles. Um aluno comentou: “Ah, percebi que não posso ficar brincando, né? Quero ser alguém.” Outro afirmou: “Eu amei! Toda vez que vinha, falava com minha mãe como tinha sido.” Um terceiro aluno disse: “No começo, vim para perder aula, mas agora estou até estudando. Nem fiquei de recuperação em nada”.

Através dos relatos, percebeu-se que os adolescentes participantes vieram de boa vontade para o grupo, e muitos continuaram envolvidos, mesmo que a princípio tivessem resistido ou sentido vergonha. Tal experiência marcou a vida das estagiárias no âmbito acadêmico e profissional.

Além disso, a experiência trouxe à tona a noção de que o papel do psicólogo vai além da técnica; ele é, em essência, um facilitador de diálogos internos. Ao guiar os adolescentes em suas reflexões, as autoras se tornaram também alunas, aprendendo sobre a resiliência e a força que

emergem das dificuldades. Essa troca de saberes, onde o terapeuta e o cliente se encontram em um espaço de co-criação, é um lembrete poderoso de que todos estamos interligados em nossa busca por significado e compreensão, como ressaltado por Santos e Dos Santos (2020), que defendem a importância de profissionais conscientes de suas escolhas.

Portanto, assim como Andrade, Meira, Vasconcelos (2002) apresentam, o profissional que trabalhar com OP deve adotar uma postura que seja ao mesmo tempo criativa, inovadora e fundamentada em evidências, um perfil que deve ser desenvolvido ao longo de sua formação acadêmica (Calheiros, Araújo & Silveira, 2000 apud Andrade, Meira, Vasconcelos, 2002). Bem como é essencial que esse profissional tenha confiança e clareza sobre sua própria identidade, pois isso o capacita a lidar com as incertezas enfrentadas pelos adolescentes (Bohoslavsky, 1993 apud Andrade, Meira, Vasconcelos, 2002).

Para os autores, é importante que o orientador tenha consciência dos motivos que o levaram a escolher sua profissão, pois isso lhe permitirá abordar de forma mais clara os conflitos dos jovens (Soares, 1999 apud Andrade, Meira, Vasconcelos, 2002). Portanto, apresenta-se que também são reconhecidas as motivações e valores pessoais para o ingresso e desenvolvimento das acadêmicas no campo da psicologia, clareza a qual não apenas fortalece a prática, mas também as capacitam a lidar com os desafios que surgem ao longo do caminho.

Logo, considerando que a psicologia exige uma postura criativa e inovadora, a capacidade de pensar fora da caixa e desenvolver abordagens únicas, características que se pretende cultivar durante a atuação, espera-se contribuir de maneira significativa para o bem-estar das pessoas e que ressoe os objetivos éticos e profissionais pelos caminhos passados.

Salienta-se que, a orientação individualizada realizada nesse encontro preparou os alunos para a importância de alinhar seus interesses pessoais às opções de carreira disponíveis. Com a elaboração do documento que identificou áreas de interesse e sugeriu possíveis carreiras, os estudantes estavam mais conscientes de suas aspirações e expectativas. Esse entendimento foi fundamental para a experiência prática que se seguiu no quarto encontro: a visita técnica.

4.4 VISITA TÉCNICA

Por fim, o quarto encontro da orientação foi a visita técnica a duas instituições de ensino médio integrado ao técnico. Esta visita teve como finalidade proporcionar aos alunos uma experiência prática e enriquecedora no campo das tecnologias, cursos técnicos e da educação profissional. Ao explorar essas instituições, os estudantes tiveram a oportunidade de vivenciar de perto a

realidade das profissões e as diversas opções de formação disponíveis, permitindo uma compreensão mais ampla das possibilidades que podem se abrir para eles no futuro.

Durante a visita, os alunos puderam interagir com profissionais da área, conhecer laboratórios e instalações, além de obter informações sobre os cursos oferecidos, contribuindo para a sua tomada de decisão em relação a suas trajetórias acadêmicas e profissionais.

De acordo com os autores Monezi e Filho (2005 apud Moreira, 2014), a visita técnica possibilita ao estudante complementar o ensino e aprendizagem, atuando como um recurso motivacional e satisfatório, isso porque se é possível ouvir, ver e sentir a prática, o dia a dia de sua possível escolha estudantil.

Sendo assim, por meio das visitas as instituições, foi possível conhecer a infraestrutura das escolas e os cursos técnicos de qualidade que estas oferecem, promovendo então aos adolescentes motivação para o desenvolvimento pessoal e profissional, além do despertar do interesse e curiosidade ao ver de perto os laboratórios e oficinas, estimulando a imaginação e projeção do futuro, de como seria a rotina nas instituições.

Durante a visita técnica à instituição, observou-se o contentamento dos alunos ao se depararem com a infraestrutura extensa e diversificada do local, contrastando com a realidade da escola em que estão inseridos. O tamanho imponente da instituição, com suas diversas salas especializadas, despertou um evidente fascínio nos estudantes, muitos dos quais não demonstraram interesse em estudar ali anteriormente. A cada nova área explorada, os olhares atentos e as expressões de encantamento revelaram um desejo crescente de fazer parte desse ambiente. Os alunos, que, em vários benefícios, manifestaram verbalmente seu desejo de estudar na instituição, deixando claro o impacto positivo da visita na motivação dos mesmos.

Portanto, “a visita técnica não deve ser considerada um passeio, mas uma atividade forma, com planejamento e muita observação” (Araújo, 2014, p. 45), posto isto, trata-se de um investimento no futuro dos adolescentes, uma prática que permite aos alunos descobrirem suas preferências e habilidades. A observação direta das instalações e a interação com os profissionais das instituições proporcionaram aos alunos uma visão realista do que poderia ser sua rotina acadêmica e profissional, estimulando a imaginação e a projeção de um futuro mais claro e definido.

Embora os dados coletados e as observações feitas durante as atividades tenham fornecido uma base sólida para entender as dinâmicas sociais e emocionais dos adolescentes, é essencial ir além das estatísticas e das generalizações. Assim, mais do que uma intervenção, esse percurso

junto aos grupos dos alunos do 9º ano, foi marcada por interações que certamente deixaram marcas em ambas as partes, cada aluno, com suas particularidades e vivências, contribuiu para enriquecer o processo de intervenção, e, ao mesmo tempo, levaram consigo um pouco das reflexões e aprendizados que surgiram ao longo desse percurso.

Como diz Antoine de Saint-Exupéry, em *O Pequeno Príncipe*, "Cada pessoa que passa em nossa vida passa sozinha, mas não vai sozinha nem nos deixa sós. Leva um pouco de nós mesmos e nos deixa um pouco de si." Da mesma forma, enquanto futuras psicólogas, cada momento compartilhado com esses alunos trouxe novas perspectivas, tornando a experiência única e transformadora. Logo, reflete-se justamente o encontro de uma troca mútua de saberes e sentimentos, os quais revelam como o aprendizado vai além das técnicas e teorias, envolvendo uma conexão humana que transforma todos os envolvidos.

Uma das principais reflexões que emergiu foi a importância da empatia no trabalho com adolescentes. Ao ouvir as histórias e desafios enfrentados pelos alunos, as autoras se sentiram profundamente tocadas pelas vulnerabilidades expostas. Essa conexão emocional não apenas fortaleceu o vínculo entre elas e os participantes, mas também proporcionou um espaço seguro onde os alunos se sentiram à vontade para compartilhar suas experiências. Assim, as alunas perceberam que, ao validar as emoções dos jovens, estavam contribuindo para um ambiente de acolhimento e compreensão, essencial para o desenvolvimento emocional dos adolescentes.

Além disso, a intervenção permitiu que as autoras refletissem sobre suas próprias vivências e desafios na adolescência. Ao se depararem com questões semelhantes às que enfrentaram em suas juventudes, elas puderam se conectar de maneira mais autêntica com os alunos. Essa autorreflexão não apenas enriqueceu a experiência, mas também as ajudou a entender melhor as dinâmicas de grupo e a importância de criar um espaço de diálogo aberto e honesto.

Outro impacto emocional significativo foi a sensação de realização ao observar o progresso dos alunos ao longo das sessões. Ver os adolescentes se abrindo, compartilhando suas inseguranças e, gradualmente, desenvolvendo habilidades de autocuidado e reflexão, trouxe uma satisfação profunda para as acadêmicas, reforçando a importância do trabalho psicológico e a capacidade de transformação que ele pode proporcionar na vida dos jovens.

4.5 DESAFIOS E PERCEPÇÕES

O reconhecimento e a compreensão dos desafios encontrados durante as intervenções são primordiais para aprimorar práticas futuras. Assim, algumas limitações foram identificadas, impactando o processo de intervenção. Observou-se, por exemplo, a não entrega das atividades de casa, uma situação mais frequente entre os alunos do sexo masculino, o que dificultou a compreensão das dificuldades enfrentadas. De acordo com Rangé e Neufeld (2017), a tarefa de casa é fundamental, especialmente em grupos, pois ajuda a entender melhor as questões de cada adolescente.

Além das limitações mencionadas, também foram observados desafios emocionais que merecem destaque. Momentos de frustração foram notados, especialmente ao lidar com a resistência de alguns alunos em se abrir ou participar ativamente das atividades propostas. Essas situações exigiram das facilitadoras uma reflexão crítica sobre suas abordagens e estratégias, levando-as a buscar formas mais criativas e inclusivas de engajar todos os participantes. Essa autoanálise foi crucial para o crescimento profissional e pessoal, permitindo que se tornassem mais resilientes e adaptáveis.

Adicionalmente, o tempo restrito para as intervenções, devido à carga horária das aulas, limitou a profundidade das atividades propostas, forçando as facilitadoras a encurtar conteúdos e limitando discussões e reflexões. O desafio de manter os participantes concentrados nas propostas apresentadas também se destacou, evidenciando a necessidade de conduzir as atividades de maneira eficiente. A dispersão dos alunos, em diversos momentos, dificultou a realização das intervenções.

Ainda, um obstáculo significativo identificado foi a escassez de material científico recentes disponível sobre intervenções voltadas para adolescentes em relação à orientação profissional. A busca limitada pela temática dificultou a elaboração e a fundamentação teórica da escrita, uma vez que há poucos estudos que abordam especificamente essa questão.

Todavia, as limitações enfrentadas durante as intervenções podem ser encaradas como oportunidades de aprendizado. Cada desafio apresentado possibilita um olhar mais atento para futuras melhorias e adaptações nas práticas de intervenção voltadas aos adolescentes. Assim, com base nos desafios identificados, sugere-se a implementação de estratégias que visem aprimorar a participação dos adolescentes nos encontros, como a flexibilização das tarefas de casa, permitindo que os alunos escolham atividades que sejam do seu interesse, aumentando assim o engajamento.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nas informações apresentadas no presente relato, é possível concluir que a intervenção realizada com os alunos do 9º ano do Ensino Fundamental II demonstrou ser um processo enriquecedor, tanto para os participantes quanto para as autoras. A abordagem cuidadosa e empática ao lidar com questões emocionais e profissional ressaltou a importância de validar as experiências pessoais dos adolescentes, proporcionando um suporte psicológico essencial em um período crítico de transição.

A experiência revelou que a orientação profissional não é apenas uma ferramenta para auxiliar na escolha de carreiras, mas também um espaço de autodescoberta e desenvolvimento pessoal. A promoção do autocuidado e do apoio emocional no ambiente escolar destacou a relevância de considerar não apenas o aspecto profissional, mas também o bem-estar emocional dos estudantes. Isso é fundamental, pois a adolescência é uma fase marcada por incertezas e desafios, onde a construção da identidade e a tomada de decisões são cruciais.

Além disso, a aplicação da terapia cognitivo-comportamental em grupos mostrou-se eficaz na promoção do desenvolvimento emocional e cognitivo dos alunos. As reflexões profundas que emergiram das atividades não apenas ajudaram os adolescentes a compreenderem melhor suas habilidades, interesses e valores, mas também os capacitaram a enfrentar desafios futuros com maior resiliência e autonomia.

A contribuição deste trabalho para a psicologia é significativa, pois enfatiza a necessidade de uma abordagem integrada que considere as dimensões emocionais e sociais no processo de orientação profissional. A inserção de psicólogos nas instituições de ensino, especialmente voltadas para o atendimento de alunos do 9º ano, pode ser um suporte essencial que promove o fortalecimento da autoestima e o bem-estar dos alunos. Essa presença profissional é vital para que os adolescentes se sintam apoiados em suas escolhas, contribuindo para uma formação mais consciente e assertiva.

Por fim, aponta-se a importância de continuar incentivando os alunos a refletirem sobre suas habilidades e interesses, preparando-os adequadamente para as próximas etapas de suas vidas acadêmicas e profissionais. A continuidade e o aprimoramento do processo de orientação profissional nas escolas são fundamentais para garantir que os jovens tenham as ferramentas necessárias para navegar em um mundo em constante mudança.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Maria Elisa Grijó Guahyba de; PINHO, Luís Ventura de. Adolescência, família e escolhas: implicações na orientação profissional. **Psicologia Clínica**, v. 20, p. 173-184, 2008.
- ALMEIDA, Roberto Santoro et al. **Saúde mental da criança e do adolescente**. Santana de Parnaíba, São Paulo: Manole, 2019.
- AMARAL, Mara Solange da Silva; COSTA-RENDERS, Elizabete Cristina. Desafios ao encontro: contribuições de Moreno e Freire para a educação de jovens e adultos. **Revista Brasileira de Psicodrama**, São Paulo, v. 28, n. 2, p. 94-105, maio-ago. 2020. DOI: <https://doi.org/10.15329/2318-0498.19368>.
- ANDRADE, Josemberg M. de; MEIRA, Girlene R.; VASCONCELOS, Zandre B. de. O processo de orientação vocacional frente ao século XXI: perspectivas e desafios. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 22, p. 46-53, 2002.
- ARAÚJO, Glausirée Dettman de; QUARESMA, Adilene Gonçalves. Visitas guiadas e visitas técnicas: tecnologia de aprendizagem no contexto educacional. **Competência, Porto Alegre, RS**, v. 7, n. 2, p. 29-51, 2014.
- BRASIL. **Resolução CNE-CES no 5**, de 15 de março de 2011. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=12991. Acesso em: 10 abr. 2024.
- CAMPOS, M. F. Dinâmica grupal na adolescência: Compartilhando experiências no processo educacional. **Revista Brasileira de Psicologia Escolar**, 2020.
- CORDIOLI, A. V. et al. **Psicoterapias: Abordagens Atuais**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.
- CRESWELL, J. W. **Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches**. 4th ed. SAGE Publications, 2013.
- DA SILVA, Ana Luci Santos; BECKER, Liane Silveira. Orientação vocacional educacional/educational vocational orientation. **Revista de Ciências Humanas**, v. 8, n. 11, p. 31-48, 2007.
- DE CARVALHO, Tatiana Oliveira; MARINHO-ARAUJO, Claisy Maria. Psicologia escolar e orientação profissional: fortalecendo as convergências. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 11, n. 2, p. 219-228, 2010.
- ERIKSON, E. H. **Identity: Youth and Crisis**. 1968.
- FRABETTI, Karol Conti et al. Práticas Narrativas e Orientação Profissional: a possibilidade de desconstrução de estereótipos ligados às profissões. **Nova Perspectiva Sistêmica**, v. 24, n. 53, p. 41-55, 2015.

GONZAGA, Luiz Ricardo Vieira; LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Relação entre escolha profissional, vocação e nível de estresse em estudantes do ensino médio. **Psicologia Argumento**, v. 32, n. 78, 2014.

KÖNIGSTEDT, Martina. **Educação e Carreira: Estudo de avaliação da eficácia de uma intervenção psicológica**. 2008. Tese (Doutorado) - Universidade do Minho, Portugal.
MANDELLI, Maria Teresa; SOARES, Dulce Helena Penna; LISBOA, Marilu Diez. Juventude e projeto de vida: novas perspectivas em orientação profissional. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 63, p. 49-57, 2011.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018.

MOREIRA, A. F. *et al.* Promovendo a motivação e o aprendizado do aluno de engenharia com uma disciplina de visitas técnicas. In: **CONGRESSO BRASILEIRO DE EDUCAÇÃO EM ENGENHARIA**, 42., 2014, Juiz de Fora. *Anais...* Juiz de Fora: COBENGE, 2014. Disponível em: <http://www.abenge.org.br/cobenge/arquivos/5/Artigos/129054.pdf>. Acesso em: 10 abr. 2024.

MUSSI, R. F. F.; FLORES, F. F.; ALMEIRA, C. B. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Revista Práxis Educacional**, v. 17, n. 48, p. 60-77, out./dez. 2021.

NOGUEIRA, Carlos Gutierrez Moreno; XIMENES, Verônica Moraes. Orientação Profissional na Construção de Projetos de Vida: Um relato de experiência na escola pública. **Plurais-Revista Multidisciplinar**, p. e024005-e024005, 2024.

PAIVA, Mirella Lopez Martini Fernandes; BORUCHOVITCH, Evely. Orientações motivacionais, crenças educacionais e desempenho escolar de estudantes do ensino fundamental. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 15, n. 2, p. 381-389, abr./jun. 2010.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento Humano**. 12. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

PEREIRA, O. C. N. Políticas públicas de orientação profissional na educação básica: o projeto de vida no programa ensino integral e no programa INOVA Educação. **Políticas Públicas**, v. 2, p. 152-157, 2019.

POCINHO, Margarida Dias et al. Influência do gênero, da família e dos serviços de psicologia e orientação na tomada de decisão de carreira. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 11, n. 2, p. 201-212, 2010.

RANGÉ, B. P.; NEUFELD, C. B. **Terapia cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática**. Recurso eletrônico. Porto Alegre: Artmed, 2017.

REIS, C.; DIAS, M.; SANTOS, F. Influências sociais nas escolhas profissionais: desafios enfrentados por adolescentes em processo de orientação vocacional grupal. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, v. 21, n. 3, p. 211-228, 2019.

ROCHA, Diana; COSTA, Ana Rodrigues; CARDOSO, Ana Rita. Avaliação de um Programa de Promoção de Competências de Literacia e Numeracia. **Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación**, p. 196-200, 2017.

SANTOS, A. V. Um estudo sobre a orientação profissional em contextos educacionais. **Contradição – Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais**, v. 2, n. 2, p. 1-11, jul./dez. 2021.

SANTOS, Michelle Aparecida; DOS SANTOS, Isabella Karen Borges. A IMPORTÂNCIA DA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL E A CONTRIBUIÇÃO DO PROGRAMA JOVEM APRENDIZ PARA OS ADOLESCENTES. **Contradição-Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas e Sociais**, v. 1, n. 1, 2020.

SANTOS, F. M. S. **Exploring self-knowledge and career decision-making in adolescence through group therapy**. 2021.

SCHÖN, D. A. **The reflective practitioner: How professionals think in action**. Basic Books, 1983.

SILVA, D. A. O. **A avaliação dos interesses como fonte da autoeficácia na tomada de decisão de carreira, em jovens do 9º ano**. Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Mestrado Integrado em Psicologia, 2008.

SOARES, Sara Medeiros. Escolha Vocacional em Adolescentes: Contributos de Competências Sociais e Emocionais. **Um Estudo em Escolas da Ilha de São Miguel**. Ponta Delgada: Universidade dos Açores, 2014.

SOUZA, M.; SOARES, P. Grupos terapêuticos na orientação vocacional: uma abordagem integrativa para adolescentes. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 21, n. 2, p. 115-130, 2020.

STAKE, R. E. **The Art of Case Study Research**. Sage Publications, 2019.

WOLCOTT, H. F. **Writing Up Qualitative Research**. 3rd ed. SAGE Publications, 2009.