

Allan Jovelino de Almeida Ferreira

**Orientação Profissional na Adolescência:
Relato de Experiência de um Serviço de Promoção de Saúde Mental**

Uberlândia

2020

Allan Jovelino de Almeida Ferreira

**Orientação Profissional na Adolescência:
Relato de Experiência de um Serviço de Promoção de Saúde Mental**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Professora Doutora Cirlei Evangelista Silva.

Uberlândia

2020

Allan Jovelino de Almeida Ferreira

**Orientação Profissional na Adolescência:
Relato de Experiência de um Serviço de Promoção de Saúde Mental**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, como requisito parcial à obtenção do Título de Bacharel em Psicologia.

Orientadora: Cirlei Evangelista Silva

Banca Examinadora

Uberlândia, 16 de Março de 2020.

Profª. Drª. Cirlei Evangelista Silva

Universidade Federal de Uberlândia – Uberlândia, MG

Profª. Drª. Carmen Lúcia Reis

Universidade Federal de Uberlândia – Uberlândia, MG

Profª. Drª. Rosiane Maria da Silva

Instituto Federal do Triângulo Mineiro – Uberlândia, MG

UBERLÂNDIA

2020

Agradecimentos

Este trabalho simboliza a conclusão de um ciclo muito importante na minha vida, que é a graduação em Psicologia. Logo, gostaria de agradecer a todos que foram importantes nesta fase e na elaboração deste. Agradeço primeiramente a Deus, que junto à minha religião, foi uma grande base e me deu forças para eu chegar até aqui.

À minha família e, principalmente, minha mãe, que me deu todo suporte afetivo e financeiro necessário para que o sonho da graduação se realizasse.

Aos meus amigos, da universidade e de infância, que além de torcerem por mim, foram meu maior suporte dentro da UFU, estando presentes em momentos de alegria e por terem tornado os momentos difíceis mais leves do que realmente eram.

À Associação Atlética Acadêmica Psicologia e à Bateria Insana, por terem ajudado na minha evolução como ser humano e terem contribuído grandiosamente na minha formação como Psicólogo.

À Suzanna Preuhs, por ter sido uma parceira incrível no estágio que deu origem a este trabalho.

À Marissa Oliveira, por ter dado suporte nas dificuldades de elaboração deste trabalho.

À Prof^ª Dr^ª Carmen Lúcia Reis, por aceitar ser membro da banca deste trabalho e pela oportunidade do estágio, além de todo aprendizado proporcionado em relação à Orientação Profissional.

À Prof^ª Dr^ª Rosiane Maria da Silva, por aceitar ser membro da banca deste trabalho e por ter me guiado na trajetória pela Psicologia Escolar, me proporcionando um enorme aprendizado.

À Prof^ª Dr^ª Cirlei Evangelista Silva, por aceitar me orientar neste trabalho e por toda paciência, dedicação e empenho que teve comigo neste período.

Resumo

A Orientação Profissional, na área da Psicologia, é considerada o auxílio dado às pessoas com dificuldades na escolha da profissão. Nesta são fornecidas ferramentas para que o sujeito possa fazer sua própria escolha profissional de acordo com suas características e possibilidades. Este trabalho constitui-se em um relato de experiência de um estágio profissionalizante em Orientação Profissional, desenvolvido na Universidade Federal de Uberlândia, em 2017, com um grupo de 9 estudantes com idades entre 15 e 19 anos, utilizando-se de várias técnicas embasadas na Teoria Sócio Histórica. O objetivo da proposta foi, a partir do relato, promover reflexões acerca dos benefícios que a Orientação Profissional pode trazer para a saúde mental de adolescentes. Para tal, buscou-se retratar sua história desde o seu surgimento em Boston, na primeira década do século XX, passando por sua chegada ao Brasil em 1924, até os dias atuais. Neste processo foram apresentadas as abordagens existentes da mesma, enfocando-se a Abordagem Sócio-Histórica. Dentro desta perspectiva, foram discutidos os novos significados de adolescência e como a Orientação Profissional pode reduzir as angústias e ansiedades geralmente vividas nesta fase da vida, contribuindo, assim, para a vivência de uma adolescência mais saudável. A experiência do estágio permitiu verificar os benefícios da Orientação Profissional para a saúde mental dos adolescentes, pois além de reduzir aflições numa fase em que pode acontecer muitos conflitos, ela fornece recursos, preparando os clientes para lidar e se portar em várias áreas de suas vidas, podendo fazer suas escolhas com menos sofrimento e angústia.

Palavras-chave: Orientação Profissional. Adolescência. Saúde Mental. Sócio-Histórica.

Abstract

Professional Guidance, in the area of Psychology, is considered the help given to people with difficulties in choosing their profession, which tools are provided so that the person can make their own choices, according to their characteristics and possibilities. This work constitutes an experience report of a professional internship in Professional Guidance, developed at the Federal University of Uberlândia, in 2017, with a group of 9 students aged between 15 and 19 years, using various techniques based on the Theory Socio Historical. The proposal was, based on the report, to promote reflections about the benefits that Professional Guidance can bring to the mental health of adolescents. For that, it was shown its history since its beginning in Boston, in the first decade of the 20th century, passing through its arrival to Brazil in 1924, until the present days. In this process, its existing approaches were presented, focusing on the Socio-Historical Theory. Within this perspective, the new meanings of adolescence were discussed and how Professional Guidance can reduce the anxieties and agony usually experienced in this phase of life, contributing to the experience of a healthier adolescence. The internship experience allowed to verify the benefits of Vocational Guidance for the mental health of adolescents, because in addition to reducing afflictions at a time that can happen many conflicts, it gives resources preparing clients to deal with and to behave in various areas of their lives, being able to make their choices with less suffering and anguish.

Keywords: Professional Guidance. Adolescence. Mental Health. Socio-Historical.

SUMÁRIO

I – INTRODUÇÃO.....	8
II - FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	11
III - UMA PRÁTICA NA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL.....	20
IV - CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	27
V – REFERÊNCIAS	32

I – INTRODUÇÃO

A Orientação Profissional é uma temática que despertou o interesse do autor deste trabalho desde a sua adolescência, pois o mesmo passou por um processo de dúvidas e angústias em relação à escolha profissional nesta fase de sua vida. Sua escolha sobre qual curso iria ingressar no Ensino Superior ocorreu somente após sua participação em um estágio de Orientação Profissional ofertado por estudantes de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, para alunos do Ensino Médio, no segundo semestre do ano de 2013.

Este é um tema em que o autor teve um grande engajamento, pois além de ter sido beneficiado diretamente pela Orientação Profissional quando adolescente, mais tarde, durante sua trajetória no curso de graduação em Psicologia, da Universidade Federal de Uberlândia, ele teve a oportunidade de estagiar como orientador profissional no mesmo projeto no qual foi beneficiado quando estava no Ensino Médio. Assim, devido ao seu interesse e afinidade com a área, decidiu tê-la como objeto de estudo deste trabalho.

Na área da Psicologia, a Orientação Profissional é o auxílio dado às pessoas com dificuldades na escolha da profissão. Nesta orientação são fornecidas ferramentas para que o sujeito que está sendo orientado possa fazer suas próprias escolhas, de acordo com suas características e suas possibilidades. Brasil (n.d., como citado em Melo-Silva, Lassance & Soares, 2004)

Assim, tem-se a Orientação Profissional como uma área bem antiga, porém ela não era pensada como é hoje. Silva (1996, como citado em Ribeiro & Uvaldo, 2007) afirma que esta contribuição relacionada ao seguimento da carreira de acordo com a vocação da pessoa, por meio de livros, existe há mais de 400 anos. Porém, o modelo de orientação, na prática, com auxílio de um profissional é mais recente, tendo seu início na primeira década do século XX.

Segundo Ribeiro e Uvaldo (2007), o americano Frank Parsons é considerado pela literatura mundial, o precursor da Orientação Profissional, pois este fundou, em 13 de janeiro de 1908, um escritório vocacional (Vocational Bureau of Boston). Este teve como intuito ajudar as pessoas a fazerem uma escolha mais fundamentada de suas carreiras e figurou como o marco do nascimento, na cidade de Boston, nos Estados Unidos, da popularmente chamada, Orientação Vocacional.

No Brasil, a Orientação Profissional originou-se em São Paulo, em 1924, através da criação do Serviço de Seleção e Orientação Profissional, e estava, a princípio, relacionada à Psicologia Aplicada. (Carvalho, 1995; Rosas, 2000; Santos, 1977, como citado em Sparta, 2003). Entretanto, a grande precursora da Orientação Profissional com método psicanalítico clínico e em grupos, foi a professora Maria Margarida de Carvalho¹, na década de 1970, influenciada diretamente por Rodolfo Bohoslavsky² (Sparta, 2003). Este método, então, espalhou-se pelo Brasil e é muito aplicado em escolas, cursinhos preparatórios, centros de Psicologia, entre outros locais.

Segundo Bohoslavsky (1977/1998, como citado em Silva & Soares, 2001), a Orientação Profissional é dividida entre Orientação Estatística e Orientação Clínica, sendo que na primeira, o psicólogo tem um papel ativo na escolha do cliente, uma vez que ele toma conhecimento das habilidades e afinidades do adolescente para auxiliá-lo nesta escolha. Já na Orientação Clínica, o jovem tem papel ativo, e torna-se totalmente responsável por sua escolha e o papel do psicólogo é instigá-lo em suas reflexões.

¹ Maria Margarida de Carvalho foi uma professora do curso de Psicologia da USP que deu início à disciplina de Orientação Profissional e também foi a responsável pela criação do método de Orientação Profissional com grupos. (Sparta, 2003)

² Rodolfo Bohoslavsky foi o psicólogo criador do método de orientação profissional clínico, na Argentina em meados de 1970, método este que se opunha ao método psicométrico, o qual era o mais utilizado até então. (Penteado, 1996)

Historicamente, o público alvo da Orientação Profissional tem sido os adolescentes de classe média e alta que estão num processo de término do Ensino Médio e preparação para ingressar no Ensino Superior, mas que ainda não sabem qual curso escolher. (Ribeiro, 2003)

Esta fase de transição do Ensino Médio para o Ensino Superior é um momento no qual, geralmente, o adolescente passa por uma série de conflitos, além de mudanças físicas, hormonais e psicológicas. Segundo Silva e Soares (2001), a adolescência é uma fase de luto pela perda da infância, mas não somente isto, é uma perda de identidade, pois a pessoa fica sem um papel social totalmente definido. É um momento de transição, no qual deixa-se de ser criança para começar a vivenciar a vida adulta.

Dentro dessa perspectiva, ter uma vida adulta envolve uma série de decisões importantes e possuir uma profissão é uma delas. E na nossa cultura, o momento de fazer a escolha desta é justamente neste período da adolescência, no qual muitos não se sentem preparados para tal, pois existe uma vasta opção de curso nos dias atuais. Para além, na maioria das vezes, sofrem uma pressão vinda dos familiares e da sociedade, sobre como e quando esta escolha deve ser feita.

Esta pressão para a realização da escolha junto às outras questões vividas na adolescência pode prejudicar a saúde psíquica deste jovem. Para Brito et al. (2011/2012 como citado em Grolli, Wagner & Dalbosco, 2017), a ansiedade e a depressão estão presentes em muitos jovens nesta faixa etária e deve-se observar a ocorrência desses transtornos, para que se possa preveni-los e promover uma adolescência mais saudável às pessoas.

Logo, pode-se pensar a Orientação Profissional na adolescência como um serviço de promoção de saúde mental, visto que a Organização Mundial de Saúde define esta como:

...um estado de bem-estar pelo qual os indivíduos reconhecem suas habilidades, sejam capazes de lidar com as tensões normais da vida, trabalhem de maneira produtiva e frutífera e contribua para suas comunidades. Saúde mental trata-se de aprimorar as competências de indivíduos e comunidades e permitir que estes atinjam seus objetivos autodeterminados. (WHO, 2003, p. 7)

A partir do exposto, o objetivo desta proposta é relatar a experiência de um estágio em Orientação Profissional, promovendo reflexões acerca dos benefícios que esta pode trazer para a saúde mental e para vida do adolescente que se encontra no Ensino Médio. Este é um serviço que atende, infelizmente, somente à uma pequena parcela da população brasileira, visto que além de existirem poucos profissionais atuantes nesta área, é um serviço caro que chega apenas às classes privilegiadas. Acredita-se que a partir do momento em que tornar-se conhecida a quantidade de benefícios que a Orientação Profissional pode oferecer para os adolescentes, o serviço pode passar a ser mais valorizado e serem pensadas alternativas deste alcançar uma parcela significativa da população.

Parte-se aqui da hipótese de que a realização de um trabalho de Orientação Profissional em grupo com alunos de Ensino Médio no Brasil, traz benefícios para a saúde mental dos adolescentes que se encontram no processo de escolha profissional, visto que esta orientação ameniza as angústias e a ansiedade geradas neste momento da vida, as quais geralmente são provocadas por diversos fatores na faixa etária da adolescência.

II - FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Ao fazer uma revisão histórica da produção científica em Orientação Profissional no Brasil, Abade (2005) aponta que o quadro de publicações é bastante variado e amplo, o que torna difícil delimitar as várias abordagens existentes sobre o assunto. A autora explica que, inicialmente, um dos principais objetivos da Orientação Profissional, era de encontrar uma forma do trabalhador alcançar melhores resultados de acordo com suas habilidades. Então, com a finalidade de melhorar o desempenho destes profissionais nas empresas, a Psicometria e a Psicologia Experimental se fizeram presentes como principal método utilizado para conseguirem esta otimização do trabalho.

Com o tempo, o modelo de Orientação Profissional foi se modificando no nosso país, e os primeiros relatos no Brasil datam-se do ano de 1924, numa escola técnica, o Liceu de Artes de São Paulo. Tal fato aconteceu bem antes do reconhecimento legal da profissão de Psicólogo, em 1962, quando o uso de instrumentação psicológica passou a ser restrito para este profissional. Esta exclusividade impulsionou o trabalho de psicólogos na Orientação Profissional. (Abade, 2005).

Ainda na década de 1960, um ano antes da regulamentação da profissão do Psicólogo, houve o decreto da Lei de Diretrizes e Bases da Educação (Lei nº 4.024, de 20 de dezembro de 1961) que preconizou a Orientação Educacional como obrigatória nas escolas de Ensino Médio e, conseqüentemente, a Orientação Vocacional também começou a fazer parte da realidade das escolas técnicas e não profissionalizantes. Os profissionais aptos para a realização deste serviço eram os psicólogos, pedagogos, filósofos ou cientistas sociais (Lehman, 2010).

O olhar clínico sobre o sujeito em processo de escolha da profissão começa se fortalecer a partir de meados de 1980, sendo que essa modificação vem justamente na época de transição do Regime Militar para o surgimento da Democracia. Na década seguinte, passou-se a ser valorizado na Orientação Profissional, as discussões sobre o mercado de trabalho no nosso sistema capitalista (Abade, 2005).

Este olhar clínico sobre o sujeito em processo de escolha no Brasil tem influência direta do psicólogo argentino Rodolfo Bohoslavsky. Suas técnicas, segundo Sparta (2003), contribuíram para o desenvolvimento da Orientação Profissional Clínica em grupos, cuja precursora foi a professora da Universidade de São Paulo, Maria Margarida de Carvalho, quando passou a ofertar uma disciplina nesta área para os alunos do curso de Psicologia daquela instituição. E é esta orientação grupal que se espalhou por escolas, centros de psicologia e cursinhos preparatórios pelo Brasil, sendo considerado este um modelo de Orientação Profissional próprio do nosso país.

Um dos marcos na história da Orientação Profissional no Brasil foi a criação da Associação Brasileira de Orientação Profissional (ABOP), em 1993. Esta surgiu com o intuito de reunir os profissionais da área a fim de realizar congressos, estudos, compartilharem conhecimento e prática, contribuindo para que a Orientação Profissional crescesse e se consolidasse no Brasil.

No Brasil, ainda não se tem nenhuma lei que regulamenta o serviço de Orientação Profissional como exclusivo do Psicólogo, apesar deste ser o profissional que tem tido maior destaque nesta área e o único habilitado para usar instrumentação psicológica para realizar este serviço. Mas como destaca Soares (1999), também temos outros profissionais atuantes neste ramo, como os pedagogos. A autora esclarece também que, infelizmente, nem todos os Orientadores Profissionais passam por uma formação específica para realizarem o serviço, e que esta falta de profissionais qualificados é um dos fatores prejudiciais na hora de evidenciar a importância da Orientação Profissional no país.

Dentro dessa perspectiva, a Orientação Profissional é um instrumento utilizado, na maioria das vezes, por Psicólogos, no trabalho com adolescentes entre 15 e 19 anos, os quais se encontram em um período de crises, devido às mudanças que acontecem em suas vidas nessa faixa etária. Neste caso, a função do Psicólogo é de ajudar o jovem a amenizar suas dificuldades na escolha de uma futura profissão. (Bohoslavsky, 1977).

O trabalho com a Orientação Profissional se direciona em busca do que a pessoa pode vir a ser, tendo em vista que para alcançar este objetivo ela depende de vários fatores, como por exemplo, o meio social em que este indivíduo está inserido e quais as possíveis consequências das suas tomadas de decisão. (Bohoslavsky, 1983).

Segundo Soares (1988), estar em processo de Orientação Profissional, é estar em contato com o seu interior, é focar nas suas particularidades, em quem você foi, é, e quem será, de acordo com suas habilidades, gostos, valores e potencialidades. Este trabalho, na maioria das

vezes, é desenvolvido por profissionais da Psicologia ou Orientadores Educacionais, geralmente em colégios e faculdades, com grupos de adolescentes, mas também pode ser realizado individualmente em consultórios. A autora acredita que este trabalho é mais eficaz quando é realizado em grupos, nos quais há um facilitador questionador, que inclui nos debates, informações políticas, sociais e sobre o mercado de trabalho, mostrando a realidade acerca dos participantes.

Uma das primeiras modalidades de Orientação Profissional foi a Estatística. Segundo Bohoslavsky (1977), nesta abordagem pressupõe-se que o jovem não tem ferramentas suficientes para decidir-se sozinho. O caminho que este vai seguir não é muito mutável e o adolescente deve ter vocações para a carreira a ser seguida, além da satisfação com a mesma estar diretamente relacionada com o interesse por estudá-la, interesse este, que não é reconhecido pela pessoa nesta fase de escolha. A realidade da profissão é estável e desde que o sujeito apresente vocação para tal, este terá facilidade com ela ao longo da vida. Imagina-se que o orientador com o perfil não ativo atrapalha o processo do adolescente.

Em contrapartida, a Estratégia Clínica de Orientação Profissional traz concepções totalmente contrárias à modalidade Estatística. Nesta abordagem, o jovem tem papel principal no seu processo de escolha, e o psicólogo apenas informa e esclarece. Aqui, entende-se as profissões como instáveis e que estão em constante mudança ao longo da vida. Verifica-se que o sujeito é ciente do seu interesse pela profissão e a personalidade e gostos deste estarão relacionados com o tipo de vínculo que este terá com o trabalho. Mas, nesta abordagem, as profissões não requerem aptidões específicas, definíveis *a priori*, como explica Bohoslavsky (1977).

Quando se fala de Orientação Profissional, podemos dividir suas teorias em duas grandes áreas. A primeira delas, que não será focada neste trabalho, é a das teorias não psicológicas, na qual o indivíduo, segundo Tractenberg (2018), não está no centro da escolha,

são os fatores externos que predominam, como mercado de trabalho, economia e o social, influenciando diretamente na escolha da pessoa. A segunda área, a qual está sendo discutida ao longo do trabalho, é a das teorias psicológicas, em que, segundo o mesmo autor supracitado, os fatores internos são predominantes, colocando a pessoa como primeira responsável por suas escolhas.

Existem diversas abordagens psicológicas de Orientação Profissional e é importante destacar algumas, como a teoria Traço e Fator que, segundo S. D. Bock (2001) ganha um certo destaque por ter sido a que deu início à Orientação Profissional, com os tão falados testes vocacionais, que por mais que os modelos de Orientação Profissional venham se reinventando, ainda são muito demandados pelas pessoas. Acredita-se que ao nascer, já são definidos as aptidões e os traços de personalidade, então o Orientador só necessita traçar o perfil do cliente, como se estivesse fazendo um laudo médico, para que este possa seguir uma profissão de acordo com seu perfil.

Em meados de 1950, surge, como sucessão à teoria Traço e Fator, a teoria Desenvolvimentista de Donald Super, na qual segundo Tractenberg (2018), valoriza-se bastante a história de vida do indivíduo, pensando o futuro deste somente a partir do entendimento profundo de seu passado. Este conhecimento do passado não é feito de forma simples, é necessário um extenso período de investigação e testes. Ao final deste processo, espera-se que o cliente saiba fazer suas escolhas de forma coerente e as mesmas combinem com suas características e objetivos de vida.

Com forte influência das Psicologias Cognitiva e Social, e da economia, a teoria Decisional enfatiza que no momento de escolher uma profissão, as pessoas estão em busca de aumentar o contato com aquilo que elas mais valorizam e de reduzir o contato com aquilo que as prejudicam e não traz nenhum tipo de benefício. O papel do orientador profissional neste

caso é de ajudar a pessoa a identificar os prós e contras de cada profissão, de acordo com os valores e objetivos do cliente (Tractenberg, 2018).

É muito importante que o orientador se baseie em alguma teoria para realizar um trabalho de qualidade. Além dessas abordagens de Orientação Profissional supracitadas, Pinho (2014) nos mostra algumas outras que também são muito importantes para toda história da Orientação Profissional, que também contribuíram para seu crescimento e mesmo que não sejam ou tenham sido tão utilizadas quanto as anteriores, existem profissionais que trabalham com as mesmas. Estas são as teorias evolutiva - cognitivo comportamental, abordagem centrada na pessoa, neo-reichiana, behaviorista, psicodinâmica, ecológica, fenomenológica, entre outras.

Dentre todas as abordagens existentes de Orientação Profissional, existe uma que será priorizada neste trabalho, que é a Abordagem Sócio-Histórica, que tem sido bastante utilizada em Orientação Profissional. Segundo Aguiar (2006), nesta vertente, é importante estar ciente do processo em que a escolha se constitui; não ignorar as emoções, pois elas são fundamentais para a compreensão da escolha, visto que fazem parte da essência humana.

Para além disso, S. D. Bock (2001) afirma que esta escolha tem influência do meio em que a pessoa vive, sua classe social e de vários outros fatores, sendo ela histórica. Acrescenta-se que nesta abordagem, o Orientador tem o dever de mostrar que apesar das diversas realidades existentes, a escolha final é exclusivamente do sujeito, que não deve enxergar-se como um ser totalmente independente da sociedade e nem como alguém preso ao que foi imposto por ela. Acontece um desenvolvimento de recursos internos do indivíduo.

A Orientação Profissional é um trabalho que tem sido bastante realizado com grupos de adolescentes, em escolas e centros de Psicologia, inclusive na abordagem Sócio-Histórica. Para S. D. Bock (2014), o trabalho grupal tem uma maior eficácia do que a Orientação Profissional realizada individualmente, pois as trocas que acontecem no grupo, como compartilhamento de

histórias, dúvidas, dificuldades e informações, deixam o trabalho mais rico e os adolescentes aprendem muito com a experiência de vida e visão do outro.

Para que aconteçam essas trocas entre os adolescentes, Esbrogio (2008) traz a importância do uso das técnicas dramáticas neste trabalho de Orientação Profissional em grupo, pois o uso das mesmas promove o compartilhamento de sentimentos e de experiências pessoais entre eles. Quanto mais o facilitador do grupo possibilitar que eles se sintam incluídos e acolhidos, maior será o vínculo, que é uma peça fundamental para que tenham mais abertura para compartilharem sobre suas vidas e possam caminhar juntos em busca do objetivo que eles têm em comum, que é a escolha da profissão.

Neste sentido, defende-se que este trabalho de Orientação Profissional é muito importante para a saúde mental dos adolescentes, pois nesta fase está sendo construída a sua identidade e junto acontece o fim do Ensino Médio, período em que o jovem está fazendo sua escolha profissional. Na nossa sociedade o período da adolescência é muito importante, sendo, para Audi (2006), um período marcado por um certo entusiasmo, energia, às vezes irresponsabilidades e também angústias, por estar em constante busca por seu espaço entre os pares. Decide-se nessa idade, qual curso fazer, em qual faculdade entrar, se seguirá uma carreira no esporte, ou até mesmo se entrará diretamente no mercado de trabalho. Esta busca pela profissão, às vezes, gera ansiedade devido ao medo do resultado de suas decisões.

Em nosso contexto atual, verifica-se que as concepções de adolescência variam bastante, dependendo do autor e da época em que se vive. Frota (2007) aponta o período da adolescência como um momento de mudanças sociais, cognitivas e físicas, que geram muitas crises por estar consolidando fases. É o elo entre a criança e o adulto, é definida também por várias mudanças fisiológicas, é o momento em que o indivíduo atinge a maturidade sexual. Muitos autores explicavam a adolescência como se fosse igual para todas as pessoas, homogênea. Frota (2007) ressalta que Stanley Hall, considerado o precursor da Psicologia da Adolescência, explicava a

adolescência como se fosse o rompimento doloroso da infância, sendo assim um período muito conturbado.

Porém, o conceito de adolescência tem mudado com o tempo e os autores da Psicologia Sócio-Histórica, como exemplo A. M. B. Bock (2007), trazem novas definições entendendo-a como uma adolescência que não deve ser naturalizada e padronizada, mas sim entendida de acordo com o contexto social e histórico em que a pessoa está inserida. As pessoas se desenvolvem junto com o meio social, suas relações têm grande influência no que são, logo, os adolescentes dos dias de hoje não são influenciados diretamente pela mesma sociedade de anos atrás, mas nós não deixamos de ser sujeitos constituídos historicamente. O que é tido como moral e imoral, saudável ou não, é mutável e muda de acordo com o interesse da sociedade em cada época.

Dentro dessa perspectiva, cada pessoa tem sua adolescência, sua individualidade, por isso não se deve generalizar a adolescência e rotulá-la. A adolescência foi estruturada por nós seres humanos, reunindo um conjunto de fatores de uma certa fase da vida e relacionando-os a definição de adolescência, mas até mesmo as mudanças fisiológicas que ocorrem na puberdade, considerada a fase inicial da adolescência, têm significados sociais e históricos (Aguiar, A. M. B. Bock & Ozella, 2001).

Na nossa cultura, então, existem certas cobranças que são feitas aos jovens, e a Orientação Profissional aparece então, como uma forma de possibilitar uma adolescência mais saudável a eles. Para Aguiar, A. M. B. Bock e Ozella (2001), na etapa de escolha dos adolescentes, sua saúde e doença são exteriorizadas e a Orientação Profissional se atenta a este sujeito para que este possa se empoderar, possa ter condições de vida e relações interpessoais saudáveis e saiba enfrentar os problemas da vida. Então, a Orientação Profissional ajudará o adolescente a ter uma consciência ampliada de si mesmo e dos fatores sociais e históricos que influenciam seu modo de vida.

Nessa perspectiva, a Orientação Profissional contribui para a saúde mental do adolescente, e é definida por Ahonen, Lahtinen, Lehtinen e Riikonen (1997) como uma peça fundamental da saúde humana. Não é apenas a ausência de doenças, mas sim um recurso que favorece a manutenção de uma vida sadia. A promoção de saúde mental envolve, então, um aprimoramento de habilidades, conhecimentos e apoio social, sendo esta grupal ou individual, na qual pode-se desenvolver habilidades sociais e resiliência emocional. Ademais, a saúde mental pode ser trabalhada em vários lugares e âmbitos, como no político, informativo e educacional, sendo que estes envolvem o trabalho de Orientação Profissional com grupo de adolescentes.

Segundo Lahtinen, Lehtinen e Riikonen (1999), entende-se por Saúde Mental Positiva o poder de compreender e interpretar o mundo que nos cerca e além de saber lidar com este, ser capaz de interferir em seu funcionamento se necessário, utilizando recursos individuais e culturais. Estes mesmos autores explicam a Saúde Mental Negativa não apenas como transtornos mentais conhecidos, mas também como um leque de outros sintomas, muitas vezes percebidos culturalmente pelas pessoas como normais, por exemplo, uma simples falta de motivação, porém estes causam grande sofrimento psíquico individual.

Estas capacidades que os autores Lahtinen, Lehtinen e Riikonen (1999) citam, ao definirem Saúde Mental Positiva, do poder de compreensão e interpretação de mundo utilizando atributos individuais e culturais, é algo trabalhado no grupo de Orientação Profissional com adolescentes. As atividades desenvolvidas nos encontros contribuem, então, para a melhoria da saúde mental dos clientes deste serviço, pois neste ocorre um aprimoramento de habilidades, aumento dos conhecimentos, bem como lhes é dado um apoio social, desenvolvendo-se a inteligência emocional dos adolescentes.

III - UMA PRÁTICA NA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Em 2017, entre os meses de outubro e dezembro, aconteceram na Clínica de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, oito encontros de um Grupo de Orientação Profissional, proposto em um estágio em Psicologia Escolar e Educacional do Instituto de Psicologia desta universidade. Este grupo era composto por nove pessoas, sendo um aluno cursando o primeiro período da graduação e oito estudantes do ensino médio. Era coordenado por dois estagiários, estudantes do curso de Psicologia da UFU, que atuavam como coordenadores do grupo. O intuito do projeto, em questão, foi proporcionar aos adolescentes, que tinham entre 15 e 19 anos, um serviço especializado de Orientação Profissional, por meio de várias técnicas embasadas na Teoria Sócio Histórica.

Este trabalho foi fundamentado em quatro eixos temáticos³, que são: as questões da escolha e tudo que a envolve e a influencia; o autoconhecimento, que se entende seus gostos, preferências e o que não gosta de fazer; as informações sobre as profissões e cursos através de pesquisa feita pelos coordenadores do grupo e pelos adolescentes, e por último, as reflexões acerca do mundo do trabalho fornecidas pelos coordenadores e pelos profissionais convidados aos encontros.

Para ser realizado um trabalho de qualidade, promotor de saúde mental a todos os participantes do grupo, foi necessário que os estagiários passassem por um processo de formação anterior aos encontros. Neste, foram realizadas discussões teóricas com textos-base para que pudessem compreender, aprender e refletir criticamente sobre como a Orientação Profissional é entendida e como deve ser trabalhada de forma a não estigmatizar e promover a autonomia dos adolescentes.

³ Estes quatro eixos temáticos fazem parte da Abordagem Sócio Histórica de Orientação Profissional e são base da maioria das teorias Psicológicas deste serviço.

Também realizamos a confecção de material adequado para divulgação do trabalho para adolescentes que estavam vivenciando o momento de Escolha Profissional. Esta foi efetivada de diversas formas: pelas redes sociais; por cartazes deixados em escolas de Uberlândia; e entrevista para a TV Universitária.

As supervisões do Estágio foram realizadas pela professora coordenadora, semanalmente, com duração de 4 horas. Estes momentos eram divididos em discussões teóricas a respeito de textos e dinâmicas, para que nós estagiários compreendêssemos a importância da Escolha Profissional e de se trabalhar vários temas que influenciam na mesma.

Inicialmente aconteceram atendimentos individuais para a realização de uma triagem dos adolescentes e verificação se o serviço era adequado para este cliente ou não. Caso fosse identificada outra demanda, este seria encaminhado para o devido atendimento na clínica de Psicologia da UFU. Este primeiro momento foi dedicado a conhecer melhor o cliente que estava em busca do serviço prestado. Para isto, foram feitas perguntas sobre a vida dele, para entendermos melhor a sua rotina, seus gostos, hobbies, parentescos e possíveis influências da área profissional. Após o fim da etapa inicial de triagem, foi estruturado o grupo, o qual teve seus encontros realizados semanalmente, com uma hora e meia de duração.

Quando o grupo foi formado, nos primeiros encontros foram realizadas discussões com os participantes a respeito de temas gerais que perpassam o processo de escolha, como: quais fatores eles utilizam para realizar escolhas em todos âmbitos de suas vidas; como a família pode influenciar nesta decisão, os amigos, os parceiros; como a mídia influencia e direciona esse processo, e como também é capaz de ser utilizada de forma positiva para obter informações.

No primeiro encontro apenas uma estudante compareceu, então foi necessário lidar com o imprevisto, pois havia sido planejada uma atividade em grupo para, pelo menos, seis pessoas. Optou-se por conversar com a participante questionando-a sobre o que a trouxe até o grupo, quais suas ideias prévias sobre a Escolha Profissional, quais cursos ela tinha interesse. Ela

contou um pouco sobre sua vida pessoal, sobre as coisas que a perpassam e sobre como ela lida com as mesmas, com a pressão da sociedade, da mãe, das cobranças da escola. Contou sobre várias dificuldades de relacionamento com a mãe no que diz respeito a estudar e ter sua própria escolha e seus resultados. A sessão foi finalizada com algumas dicas de como lidar com a ansiedade e com a pressão vinda da mãe.

No segundo encontro, diferentemente do primeiro, apareceram nove adolescentes, então as atividades do grupo iniciaram-se com as apresentações pessoais. Um dos coordenadores apresentou a dinâmica da teia para os adolescentes, alguns conheciam e outros não. Trata-se de uma dinâmica muito utilizada em apresentações, na qual os participantes formam uma roda e utilizam um rolo de barbante na mão se apresentando para os demais. No encontro em questão foi pedido para que falassem nome, idade, onde estudam e alguma curiosidade, que poderia ser um hobby, viagens, ou qualquer outra informação sobre si. Em seguida, esta pessoa que iniciou a brincadeira falando, sem soltar a ponta do barbante, jogou o rolo para qualquer membro da roda, que deveria repetir o procedimento. Ao final, todos estavam conectados pelo barbante e a conexão do barbante entre as pessoas formou uma grande teia. O objetivo era que o grupo se conhecesse melhor e pensasse sobre o vínculo, respeito e compromisso que deveriam ter naquele espaço. Surgiram várias curiosidades nessa dinâmica, relacionadas a esportes, viagens, apelidos, características físicas e outras.

Na segunda atividade do dia, foi pedido para que escrevessem em um papel 3 palavras que representassem o momento de escolha profissional e que eles colocassem estas em balões e enchessem. Após isso, eles brincaram trocando os balões, depois cada um pegou um, os estouraram e leram as palavras que estavam dentro deles. Falaram a que mais lhes marcou e porquê. Esta atividade foi importante para os adolescentes do grupo ampliarem seus pensamentos acerca da Escolha Profissional, ver o que os colegas do grupo pensavam a respeito

deste tema e discutirem sobre o assunto. E surgiram várias palavras como indecisão, responsabilidades, sentimentos, pessoas, paz e ansiedade.

Depois eles foram separados em trios e foi-lhes pedido que fizessem uma cena⁴ a respeito das palavras escolhidas. Os grupos representaram as palavras responsabilidade, indecisão, paz interior, entre outras e, em seguida, foram discutidos os sentimentos que a atividade despertou neles e o que acharam de tudo o que foi vivenciado naquele encontro.

No terceiro encontro foi planejado fazer com eles a dinâmica chamada "Coelhinho Sai da Toca" para refletirem sobre frustrações, autonomia da escolha, seus benefícios e consequências. Nesta atividade dois participantes ficam com as duas mãos dadas, representando uma toca e embaixo das mãos, entre os dois, fica uma terceira pessoa fazendo o papel de um coelho dentro de uma "toca". Os outros participantes fazem a mesma coisa. Ao centro, ficarão dois participantes sem toca. Quando for dado o sinal, cada "coelho" deverá procurar uma nova "toca", quem for mais lento ficará perdido e sem lugar para ocupar, tendo que esperar uma nova oportunidade.

Por terem poucas pessoas presentes neste dia, optou-se por realizar apenas a segunda atividade do encontro, que se tratava de uma discussão sobre várias afirmações relacionadas às profissões, mundo do trabalho e escolha profissional encontradas no questionário do Silvio Bock: "Adolescência e Projeto de Vida"⁵. Os estudantes foram separados em dois grupos, sendo um obrigado a argumentar contra todas as afirmações, concordando ou não com elas e o outro deveria se posicionar a favor. Alegaram achar esta atividade difícil, pois algumas afirmações eram, em suas concepções, polêmicas e iriam contra seus princípios e valores pessoais. Tal proposta tinha como objetivo promover uma reflexão acerca da escolha profissional, sobre

⁴ A Cena Psicodramática é uma técnica de Jacob Levy Moreno, na qual o sujeito expressa, através de um personagem em uma cena teatral, seu mundo interno. No grupo, esta cena é discutida pelos participantes, trazendo à tona, os sentimentos surgidos a partir da experiência. (Pereira, 2009)

⁵ Este questionário foi publicado no Guia do Estudante em 1989.

preconceitos enraizados na nossa sociedade em relação às profissões e provocar discussões sobre os determinantes da escolha profissional.

O quarto encontro foi um pouco diferente dos anteriores, estando seis clientes presentes, cuja maior parte havia feito prova do ENEM (Exame Nacional do Ensino Médio) no final de semana anterior. O dia iniciou com uma discussão sobre a prova, na qual os adolescentes contaram suas dificuldades, angústias e facilidades, sendo todos acolhidos pelo grupo. Foi falado, também, sobre o tema da redação da prova: "Educação para surdos no Brasil", que é considerado um tema pouco comentado e que deveria ter um destaque maior, devido a sua importância.

Então, o grupo foi conduzido para a atividade planejada, que tinha como objetivo identificar o quanto os adolescentes conheciam sobre os cursos que estavam pensando em fazer, coletar dúvidas, curiosidades e mitos e registrar em um grande papel pardo tudo que eles tinham em mente sobre os cursos. Cada um foi falando suas dúvidas e todos fizeram perguntas sobre o curso do outro. Os cursos que quiseram obter informações sobre foram: Medicina Veterinária, Zootecnia, Design Gráfico, Educação Física, Psicologia, Design de Moda, Medicina e Carreira Militar. Enquanto isso, uma das participantes ficou responsável por escrever tudo que surgia de dúvidas em um papel pardo fornecido pelos coordenadores. O encontro foi finalizado com o pedido de que todos pesquisassem sobre os cursos em suas casas durante a semana, para que na semana seguinte o grupo pudesse conhecê-los melhor a partir dessas informações.

As discussões seguintes se voltaram para o mercado de trabalho como um todo e para as possibilidades de mercado de trabalho em cursos específicos. O grupo passou a focar em discussões mais específicas sobre quais cursos têm interesse, os motivos, as características e singularidades de cada um, as formas de ingresso, as grades horárias, possíveis dúvidas a respeito, notas de corte no ENEM, etc.

No quinto encontro, o grupo retornou com quatro participantes e os coordenadores levaram as informações que haviam sido pedidas sobre os cursos de graduação. Em um primeiro momento foram colocados à disposição deles vários papéis com informações sobre os cursos, estando todas essas misturadas. Estas foram pesquisadas pelos coordenadores do grupo, no site Guia do Estudante. Foi-lhes dada a tarefa de ler cada uma delas e identificar a qual curso pertencia a informação disposta. Após identificarem, eles as colaram na parede em colunas que se relacionavam com cada curso, curiosidades e informações a respeito deles.

Depois de terem colado todos os papéis iniciou-se uma discussão a respeito das diferentes graduações. Os estagiários explicaram as diferenças entre os cursos para que todos entendessem, e foram discutindo as informações referentes a cada profissão; as que foram levadas e aquelas que os adolescentes já possuíam, os mitos e verdades, e desmistificaram as dúvidas que apareceram. Pareceu uma atividade empolgante para eles, que se surpreenderam com as informações levadas, principalmente quando foi entregue a grade horária dos cursos para que cada um olhasse e levasse para casa.

Durante as discussões, surgiu o assunto sobre disciplinas no curso relacionadas à Inclusão para pessoas com deficiência. Neste momento, os coordenadores explicaram para eles a respeito da nomenclatura utilizada, sobre os preconceitos que as pessoas com deficiência vivenciam no dia-a-dia, sobre como são as disciplinas sobre inclusão, inclusive aquelas que têm no curso de Psicologia que abordam essa temática e como é tratado na parte da aprendizagem.

Depois destas discussões realizadas, nos encontros seguintes foi solicitado que falassem sobre as rotinas, particularidades, diferenças ou semelhanças da teoria com a prática dos mesmos e sobre a realidade de trabalho e estudo, para desmistificar questões que pudessem ter ficado no campo ilusório.

Cinco pessoas participaram do sexto encontro. Neste dia, os coordenadores levaram uma estudante do curso de Zootecnia e ela trouxe muitas informações sobre o curso, desde a história

dele no mundo, até sua chegada no Brasil e na UFU. Informou-os, também, sobre as matérias, estágios, salários e áreas de atuação. O salário foi algo que interessou muito a todos. Foi neste dia que uma das estudantes contou que não estava mais pensando em cursar Design de Moda ou Artes Visuais e disse que já estava com Zootecnia em mente, e com as informações da convidada, ficou ainda mais interessada. Essa disse gostar da área laboratorial e de melhoramento genético. Um outro estudante, depois do que ouviu, também disse estar interessado no curso.

A segunda convidada do dia era uma aluna do curso de Educação Física da UFU. Ela trouxe as mesmas informações que a convidada anterior, porém ao final, os participantes disseram não ter se surpreendido, pois ela havia dito o que todos já esperavam e sabiam sobre o curso, não trazendo muitas novidades. Mesmo assim, o estudante que já se interessava anteriormente manteve seu interesse.

No sétimo encontro, havia três estudantes presentes e a profissional convidada foi uma professora da área de Psicologia Organizacional. A mesma iniciou sua fala perguntando ao grupo em quais cursos as participantes tinham interesse, quais os motivos, o que faziam elas gostarem destes cursos, e se elas já haviam lido informações a respeito destes. Logo após, iniciou sua participação contando sobre como é o curso de Psicologia na UFU e quais são algumas possíveis áreas de atuação profissional.

A docente explicou algumas questões mais subjetivas relacionadas ao curso, como o fato de que nele você não vai se tratar, e sim aprender a lidar com outras pessoas de forma profissional, que existe toda uma ética por trás de cada serviço, que o curso demanda tempo e leitura, dedicação e esforço. Ela também explicou sobre disciplinas e estágios oferecidos pela UFU. Por fim, perguntou se tinham dúvida a respeito e poucas foram apresentadas.

No oitavo e último encontro, somente dois estudantes que tinham interesse no curso de Medicina Veterinária estavam presentes para ouvirem a profissional convidada que era formada

neste curso. Ela discorreu sobre as áreas de atuação e de trabalho, sobre as disciplinas, estágios, ressaltou as diferenças entre Veterinária e Zootecnia, sempre mostrando a importância do zootecnista e dizendo ser totalmente contra a briga que existe entre os dois ramos.

Após esta profissional realizar sua participação, foi feito um encerramento pelos estagiários, sendo que neste foi abordado o processo e como foram as mudanças percebidas por eles desde o primeiro encontro até o último. Nesta conversa foi realizada uma reflexão sobre como estavam as expectativas dos adolescentes quando iniciaram suas participações no grupo. Disseram estar ainda mais convictos das profissões que queriam seguir, que as informações discutidas, pelos estagiários e pelos demais participantes e convidados do grupo, em relação às profissões puderam contribuir significativamente em suas escolhas, pois muito do que foi apresentado eles não sabiam, como onde conseguir estágios, algumas áreas de atuação, disciplinas que teriam que cursar na graduação e piso salarial. Também contaram que, ao final dos encontros, seus níveis de autoconhecimento haviam aumentado e sabiam dizer com mais segurança, o que eles provavelmente não dariam conta de lidar e o que dariam em suas carreiras. Como exemplo o público que teriam que conviver, se era em grupo ou individualmente, um trabalho autônomo ou não.

IV - CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho relatou uma experiência em um estágio de Orientação Profissional, proporcionando uma reflexão acerca dos benefícios deste serviço para a saúde mental dos adolescentes de nossa sociedade. Através deste, pode-se observar a importância do trabalho da Psicologia com estudantes que estão prestes a concluírem o Ensino Médio no Brasil. Trata-se de um momento de muitas mudanças na vida da pessoa, e na nossa cultura este é o momento no qual é exigido que se faça a escolha da futura profissão. Esta escolha, muitas vezes, é bem difícil de ser feita, comprometendo a saúde mental dos estudantes, pois esta indecisão gera

medo, angústia, ansiedade e, em alguns casos, até depressão. Assim, por meio deste relato de experiência, pode-se perceber as contribuições do trabalho de Orientação Profissional com adolescentes que visou reduzir estes sintomas, tornando o momento de escolha profissional mais saudável.

Essa busca pela certeza da profissão tem aumentado bastante, e segundo Andrade, Meira e Vasconcelos (2002), essa fase de escolha é imprescindível na vida do adolescente, sendo talvez sua necessidade mais marcante. Ademais, a quantidade de profissões existentes nos dias atuais e a evolução do mundo tecnológico aumentam as opções para a realização desta escolha e, com isso, o jovem sente-se mais pressionado e confuso.

No decorrer da realização do grupo de Orientação Profissional, foram encontradas algumas dificuldades; como a quantidade de faltas dos adolescentes aos encontros. Mesmo fazendo um contrato verbal nos primeiros dias, sobre compromisso com o grupo, algumas pessoas relataram imprevistos como responsáveis pelo seu não comparecimento, outras estiveram presentes em alguns momentos, mas posteriormente desistiram de participar.

Dentre os motivos apresentados para esta desistência, os participantes apontaram: uns não queriam tanto participar, mas estavam lá devido a vontade dos pais; outros decidiram seus cursos ao longo do processo e não sentiram necessidade em continuar; e outros assumiram compromissos irremediáveis nas datas dos encontros. Observa-se que as faltas comprometem o andamento do grupo, tanto no que diz respeito à questão organizacional, visto ter que mudar as atividades planejadas devido à pouca quantidade de participantes no dia, quanto no que se refere à Orientação Profissional que se constitui em um processo com início, meio e fim, contínuo, sendo que todas as etapas são importantes para uma boa qualidade do trabalho.

Ao iniciar o processo de Orientação Profissional, os adolescentes chegam com muitas dúvidas e ideias fantasiosas em relação às profissões. Se informam através da mídia e idealizam a profissão de acordo com estereótipos que estão disseminados na nossa sociedade. Uma das

oportunidades que os clientes têm neste projeto de Orientação Profissional, é a de ter o contato direto com alguém que já atua na área escolhida por eles. Assim, em contato com profissionais da área, conseguem desmistificar as concepções errôneas que eles têm em relação ao curso e ao mercado de trabalho, além de terem uma maior visualização de sua possível carreira.

Andrade, Meira e Vasconcelos (2002) concordam que as informações sobre o mundo do trabalho, apresentadas para os adolescentes, devem ser concretas e verdadeiras, pois eles devem entender o trabalho como inserido em um contexto social e que a escolha nesta etapa da vida vai além de um curso de graduação, trata-se de uma profissão a ser exercida por eles.

No relato dos encontros, nota-se o quanto este era um lugar de conforto, diversão, autoconhecimento e livre expressão para os adolescentes participantes do grupo. Andrade, Meira e Vasconcelos (2002), dizem que neste processo de autoconhecimento, as pessoas tomam conhecimento de sua realidade, ampliando suas visões de mundo, identificando-se com suas próprias características e outras realidades.

Sabe-se que dentro do processo de Orientação Profissional, na Abordagem Sócio Histórica, além das informações sobre as profissões e exploração do mundo do trabalho, são trabalhados vários aspectos do indivíduo, o que permitiu que eles se conhecessem melhor, dividissem suas experiências de vida, se expressassem através de atividades artísticas e compartilhassem suas alegrias e angústias. Dessa forma, nesse processo, os indivíduos se conhecem melhor como sujeitos reais, percebendo suas identificações, características e singularidades, ampliando e transformando sua consciência e adquirindo, assim, melhores condições de organizar seus projetos de vida e, especificamente no momento, fazer sua escolha profissional, minimizando as fantasias.

Além disso, aconteceram no grupo discussões acerca de temáticas atuais, importantes para a formação do adolescente como cidadão, como a questão da inclusão de pessoas com deficiência, machismo e preconceitos nas profissões. Falar sobre estes assuntos possibilitou

reflexões e um melhor preparo para possíveis enfrentamentos que eles poderão vir a encontrar no mercado de trabalho, como as dificuldades que mulheres em profissões predominantemente masculinas encontram. Segundo Frabetti, Thomazelli, Feijó, Camargo e Cardoso (2015), cada vez mais a Orientação Profissional vem se afastando do método de utilização apenas de testes e vem ampliando suas discussões e reflexões em relação a outras áreas da vida, onde os temas devem estar relacionados com as características individuais dos participantes e serem relevantes para o processo do grupo.

Pelo fato deste modelo de Orientação Profissional ser um processo complexo, com assuntos delicados e que envolvem reflexões profundas acerca da subjetividade do ser humano, tornou-se importante a presença de profissionais da Psicologia como coordenadores dos grupos. Este deve estar preparado para acolher as emoções e sentimentos que surgirem no grupo, além de saber mediar as discussões. Muitos adolescentes nunca tiveram contato com um espaço de escuta profissional e acabam desabafando sobre muitos problemas pessoais. É este psicólogo que saberá definir quando será necessário encaminhar seus clientes para psicoterapia também. Segundo Müller (1988, como citado em Andrade, Meira & Vasconcelos, 2002) o ideal para este serviço de Orientação Profissional seria um Psicólogo com uma boa base de Psicologia Educacional, trabalho em grupo, exploração de personalidade, entendimento de Psicologia clínica e empático, para que este saiba se colocar no lugar do adolescente, respeitá-lo e entender o que este pode estar sentindo.

Neste modelo de Orientação Profissional, outra habilidade desenvolvida é a autonomia do sujeito. Apesar de existirem dois coordenadores no grupo, desde o início foi enfatizado que a escolha profissional é de responsabilidade individual, por mais que existam os determinantes da escolha e fatores externos que nos influenciam o tempo todo, a escolha final é de cada um. Aprende-se neste processo sobre responsabilidade, a respeito das decisões tomadas ao longo da vida e também formas para lidar com frustrações e a importância de sempre ter outros planos e

opções em mente.

O fato desta Orientação Profissional ter acontecido em grupo foi muito importante para os adolescentes, pois a troca de informações foi muito rica. Também exercitaram o respeito pela singularidade do outro, a empatia, aprenderam com as diferenças e encontraram apoio nas dificuldades semelhantes enfrentadas. Também tiveram discussões engrandecedoras sobre concepções de certo e errado, moral e imoral, difícil e fácil, entre outras. Para Vasconcelos, Antunes e Silva (1998, como citado em Andrade, Meira & Vasconcelos, 2002) no grupo, através das discussões, o adolescente se entende como parte de uma realidade social e consegue subsídios para suas escolhas, além de amenizar suas imaginações equivocadas.

A partir deste relato, pode-se verificar muitos benefícios da Orientação Profissional para a saúde mental dos adolescentes, pois além de reduzir suas aflições numa fase em que muitos conflitos acontecem, a Orientação Profissional desenvolve recursos internos, preparando seus clientes para lidar com dificuldades e se portar em várias áreas de sua vida, podendo fazer suas escolhas com menos sofrimento e angústia. Nem sempre o cliente finalizará o ciclo com a certeza da profissão que deverá seguir, mas certamente sairá diferente de como estava quando iniciou.

V – REFERÊNCIAS

Abade, F. L. (2005). Orientação profissional no Brasil: uma revisão histórica da produção científica. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 6(1), 15-24. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2030/203016890003.pdf>

Aguiar, W. M. J., BOCK, A. M. B., & OZELLA, S. (2001). A orientação profissional com adolescentes: um exemplo de prática na abordagem sócio-histórica. *Psicologia sócio-histórica: uma perspectiva crítica em psicologia*, 3, 163-178.

Andrade, J. M. D., Meira, G. R., & Vasconcelos, Z. B. D. (2002). O processo de orientação vocacional frente ao século XXI: perspectivas e desafios. *Psicologia: ciência e profissão*, 22(3), 46-53.

Audi, D. A. (2006). *A adolescência e suas expectativas quanto à inserção no mundo do trabalho*. São Paulo. Dissertação (Mestrado). Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. Recuperado de <https://www.sapili.org/livros/pt/cp008722.pdf>

Bock, A. M. B. (2007). A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores. *Psicologia Escolar e Educacional*, 11(1), 63-76. Recuperado de http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-85572007000100007&script=sci_arttext

Bock, S. D. (2001). Orientação Profissional: avaliação de uma proposta de trabalho na abordagem sócio-histórica. Recuperado de <http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/253384>

Bock, S. D. (2014). *Orientação profissional: a abordagem sócio-histórica*. Cortez Editora.

Bohoslavsky, R. (1977). Orientação profissional: a estratégia clínica. *São Paulo*.

Bohoslavsky, R. (1996). Orientação vocacional: A estratégia clínica (JMV Bojart & WMA Penteado, Trans.).

Bohoslavsky, R. (1975). *Vocacional: teoria, técnica e ideologia*. Cortez Editora.

de Aguiar, W. M. J. (2006). A escolha na orientação profissional: contribuições da psicologia sócio-histórica. *Psicologia da Educação. Programa de Estudos Pós-Graduados em Educação:*

Psicologia da Educação. ISSN 2175-3520, (23). Recuperado de <https://revistas.pucsp.br/psicoeduca/article/view/43269>

Esbrogeio, M. C. (2008). *Avaliação da Orientação Profissional em grupo: o papel da informação no desenvolvimento da maturidade para a escolha da carreira* (Doctoral dissertation, Universidade de São Paulo). Recuperado de <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/59/59137/tde-20052009-215340/en.php>

Frabetti, K. C., Thomazelli, C., Feijó, M. R., Camargo, M. L., & Cardoso, H. F. (2015). Práticas Narrativas e Orientação Profissional: a possibilidade de desconstrução de estereótipos ligados às profissões. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 24(53), 41-55. Recuperado de <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/145>

Frota, A. M. M. C. (2007). Diferentes concepções da infância e adolescência: a importância da historicidade para sua construção. *Estudos e pesquisas em psicologia*, 7(1), 147-160. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4518/451844613015.pdf>

Grolli, V., Wagner, M. F., & Dalbosco, S. N. P. (2017). Sintomas depressivos e de ansiedade em adolescentes do ensino médio. *Revista de Psicologia da IMED*, 9(1), 87-103. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2175-50272017000100007&script=sci_abstract&tlng=en

Lahtinen, E., Lehtinen, V., Riikonen, E., & Ahonen, J. (1999). Framework for promoting mental health in Europe. Recuperado de <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77555/Frameworkpromoting.pdf>

Lehtinen, V., Riikonen, E., & Lahtinen, E. (1997). Promotion of mental health on the European agenda. Recuperado de <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75859/Promotion.pdf?sequence=1>

Lehman, Y. P. (2010). Orientação profissional na pós-modernidade. *Orientação vocacional ocupacional*, 2, 19-30.

Melo-Silva, L. L., Lassance, M. C. P., & Soares, D. H. P. (2004). A orientação profissional no contexto da educação e trabalho. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 5(2), 31-52. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1679-33902004000200005&script=sci_abstract&tlng=en

Pereira, A. H. (2009). A construção da realidade em uma cena psicodramática: análise de uma experiência. Recuperado de <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/bitstream/123456789/1931/1/Texto%20parcial%20Arthur%20Henrique%20-%202009.pdf>

Pinho, V. (2014). Orientação profissional: público-alvo, perspectivas de atuação e abordagens utilizadas. *Rev. Psicologia. PT-Portal dos psicólogos. Salvador*. Recuperado de <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0799.pdf>

Ribeiro, M. A. (2003). Demandas em orientação profissional: um estudo exploratório em escolas públicas. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 4(1-2), 141-151. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1679-33902003000100012

Ribeiro, M. A., & Uvaldo, M. D. C. C. (2007). Frank Parsons: Trajetória do pioneiro da orientação vocacional, profissional e de carreira. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 8(1), 19-31. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2030/203016904002.pdf>

da Silva, A. L. P., & Soares, D. H. P. (2001). A orientação profissional como rito preliminar de passagem: sua importância clínica. *Psic em Estudo*, 6(2), 115-21. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/%0D/pe/v6n2/v6n2a16.pdf>

Soares, D. H. P. (1999). A formação do orientador profissional: O estado da arte no Brasil. *Revista da ABOP*, 3(1), 7-21. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-88891999000100002&script=sci_abstract&tlng=en

Soares, D. H. P. (1988). *O que é escolha profissional*. São Paulo: Brasiliense.

Sparta, M. (2003). O desenvolvimento da orientação profissional no Brasil. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 4(1-2), 1-11. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1679-33902003000100002&script=sci_abstract&tlng=es

Tractenberg, L. (2018). Contribuições para inserção da orientação profissional e educacional nos currículos escolares. *Boletim técnico do Senac*, 28(2), 56-62. Recuperado de <http://www.bts.senac.br/index.php/bts/article/view/544>

World Health Organization. (2003). *Investing in mental health*. World Health Organization.
Recuperado de
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42823/9241562579.pdf?sequence=1&isAllowed=y>