



Introdução

Savickas (2008, *cit. in* Carvalho & Taveira, 2012) define a decisão vocacional como um processo evolutivo que ocorre ao longo de vários estádios de desenvolvimento e que resulta do conjunto de decisões que a pessoa toma à medida que se desenvolve, constituindo-se num processo exploratório, contínuo e subjetivo. Esta decisão torna-se, por vezes, difícil visto representar um processo complexo que envolve a exploração de alternativas, assim como a definição, clarificação e implementação de escolhas (Carvalho & Taveira, 2012).

A aposta em oportunidades de exploração que fomentem o desenvolvimento pessoal, permite promover nos jovens o conhecimento acerca de si e do mundo que o rodeia, impulsionando a construção de uma visão mais diferenciada da realidade e incrementando o grau de consciência acerca das suas decisões (Jordaan, 1963, *cit. in* Königstedt & Taveira, 2010). Deste modo, desenvolver atividades de experimentação, investigação, procura e questionamento (Taveira, 2005, *cit. in* Taveira, Cunha & Faria, 2009) mostra-se relevante, podendo resultar na diminuição de sentimentos de incerteza quanto à decisão vocacional (Krumboltz & Thoresen, 1964, *cit. in* Taveira et al., 2009).

Foi neste enquadramento que se concebeu o programa *À Conquista* que procurou contribuir para o desenvolvimento de perspetivas futuras e para a realização de boas escolhas vocacionais, através da exploração de talentos pessoais e do fomento da iniciativa e do juízo crítico.

Descrição do Programa À Conquista

Objetivos

- Desvendar aspetos subjacentes à indecisão vocacional;
- Possibilitar a exploração e o conhecimento de si mesmo;
- Expandir conhecimentos sobre variáveis contextuais, perspetivando o seu possível papel para o processo de decisão;
- Facilitar a tomada de decisão.

Destinatários

Adolescentes a partir dos 14 anos.

Sessões

7 sessões semanais a decorrerem em tempo supletivo ao horário escolar.

1. Onde Estou e o que posso Criar?
2. À Conquista do meu Futuro?
3. Afinado a Língua!
4. Eu sou o meu desafio!
5. Escolho, Decido, Inovo!
6. Onde Cheguei e o que Criei!
7. Os meus Êxitos

Instrumentos de Avaliação

- Perfil de Decisão da Carreira (PDC)/Career Decision Profile (Silva, 2009)
 - ↳ Identificar as razões subjacentes ao estado de indecisão vocacional
- Questionário de Avaliação Final (QAF)

Aplicação

Aplicação experimental a 5 jovens do Ensino Secundário da Ilha de São Miguel, com idades entre os 17 e 19 anos.

Avaliação Pré (PDC)

Intervenção À Conquista

Avaliação Pós (PDC+ QAF)

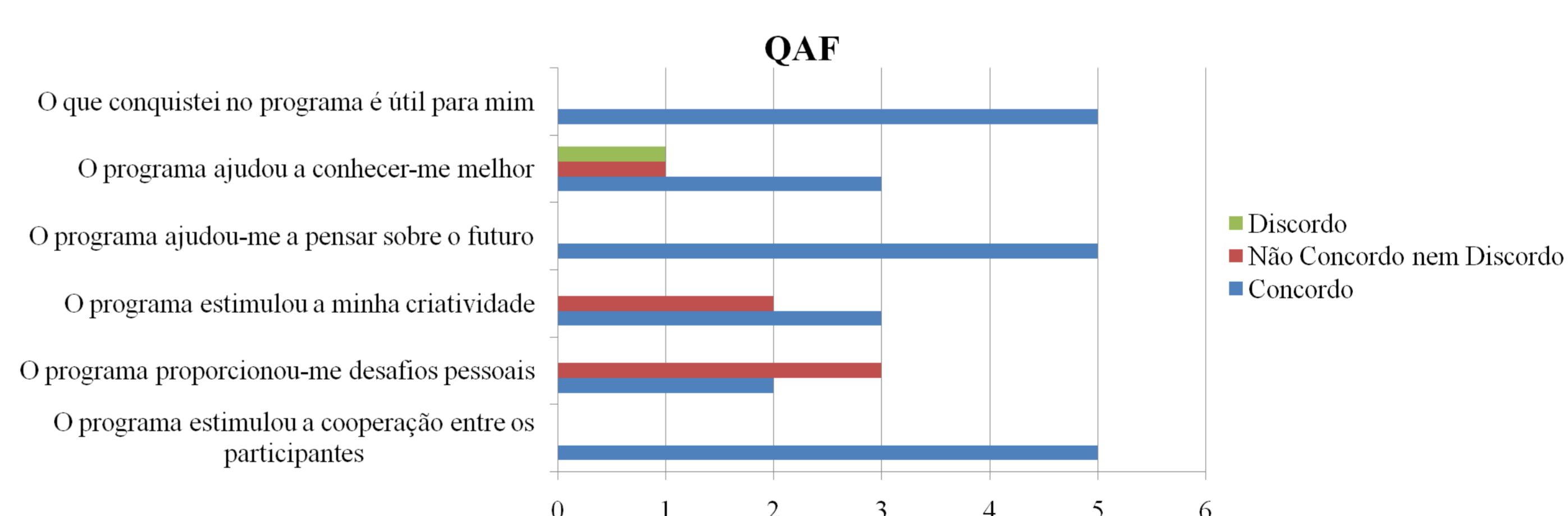
Resultados

Quadro 1: Diferença entre médias nos dois momentos de avaliação

Subescalas PDC	Teste T	Mann-Whitney Z	P	Avaliação Pré (M)	Avaliação Pós (M)
Decisão	-	-2.333	.020	3.30	7.70
Conforto	-2.848	-	.022	7.00	11.80
Clareza acerca do self	-.757	-	.471	9.60	12.20
Conhecimento acerca das profissões	-.791	-	.452	12.00	14.80
Decisividade	-.330	-	.748	13.40	14.40
Importância da escolha de carreira	-	-1.448	.147	4.20	6.80

• No Quadro 1 observa-se evolução em todas as subescalas do PDC desde a avaliação pré à avaliação pós, com diferenças significativas nas médias das subescalas da Decisão ($Z = -2.333, p = .020$) e do Conforto ($t = -2.848, p = .022$).

Gráfico 1: Avaliação Final do Programa



• As respostas traduzidas no Gráfico 1 evidenciam que o programa foi, na maioria dos casos, bem acolhido pelos jovens tendo proporcionado oportunidades de desenvolvimento pessoal e de carreira.

Discussão

As diferenças significativas nas subescalas da Decisão e do Conforto, no momento pós intervenção, apontam para ganhos em termos da auto-perceção da tomada de decisão e para sentimentos de bem-estar associados ao estado de decisão atual. Isto é, os jovens no final do programa mostraram maior facilidade para identificar as razões subjacentes às dificuldades que sentem ao tomar uma decisão consciente e planeada. Mostraram, igualmente, maior confiança e tranquilidade perante a necessidade de tomar uma decisão.

Embora não se verifiquem diferenças significativas nas restantes subescalas, o aumento das médias em todos os casos (PDC) poderá ser um indicador de que o programa proporcionou aos jovens ferramentas úteis para a realização de escolhas orientadas para o progresso pessoal e potenciou naqueles sentimentos de capacidade, segurança e satisfação face à decisão.

Os resultados do QAF revelaram que, na opinião dos jovens, o programa teve um impacto positivo ao proporcionar oportunidades de auto-conhecimento, de exploração de interesses e capacidades pessoais e profissionais e de perspetivação destes determinantes em futuras tomadas de decisão.

No seu conjunto, estes resultados são um estímulo para a continuação e implementação de futuras edições do *À Conquista*, alargando-o a um maior número de jovens.

Referências Bibliográficas

- Carvalho, M. & Taveira, M. C. (2012). A implementação de decisões vocacionais: Revisão de literatura. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 13 (1), pp. 27-35.
- Königstedt, M. & Taveira, M. C. (2010). Exploração vocacional em adolescentes: Avaliação de uma intervenção em classe. *Paidéia*, 20 (47), pp.303-312.
- Silva, J. (2009). Career Decision Profile (CDP) / Versão Portuguesa: Estudo metrológico. In *Actas do X Congresso Internacional Galego/Português de Psicopedagogia* (pp. 473-488). Braga: Universidade do Minho.
- Taveira, M.C., Cunha, C.S.B. & Faria, L.C. (2009). Efeito da Intervenção Psicológica Vocacional na Indecisão e Comportamento Exploratório. *Psicologia Ciência e Profissão*, 29 (3), pp. 558-573.