



# adélia

PROJETO PARENTALIDADE POSITIVA

DICA 30

**Desenvolvimento e  
escolhas de carreira:  
O papel das figuras  
parentais**



Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

**O desenvolvimento vocacional faz parte do desenvolvimento Humano e ocorre desde o nascimento até à velhice, em interação com o mundo.**

**Este processo implica a exploração de alternativas e possibilidades, a reflexão pessoal, a realização e a implementação de escolhas, de forma gradual, algumas vezes com avanços e recuos, conjugando vários papéis e dimensões de vida – a chamada carreira.**

**Os projetos de carreira não se descobrem, antes se constroem.**



**Bibliografia de base:**

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra

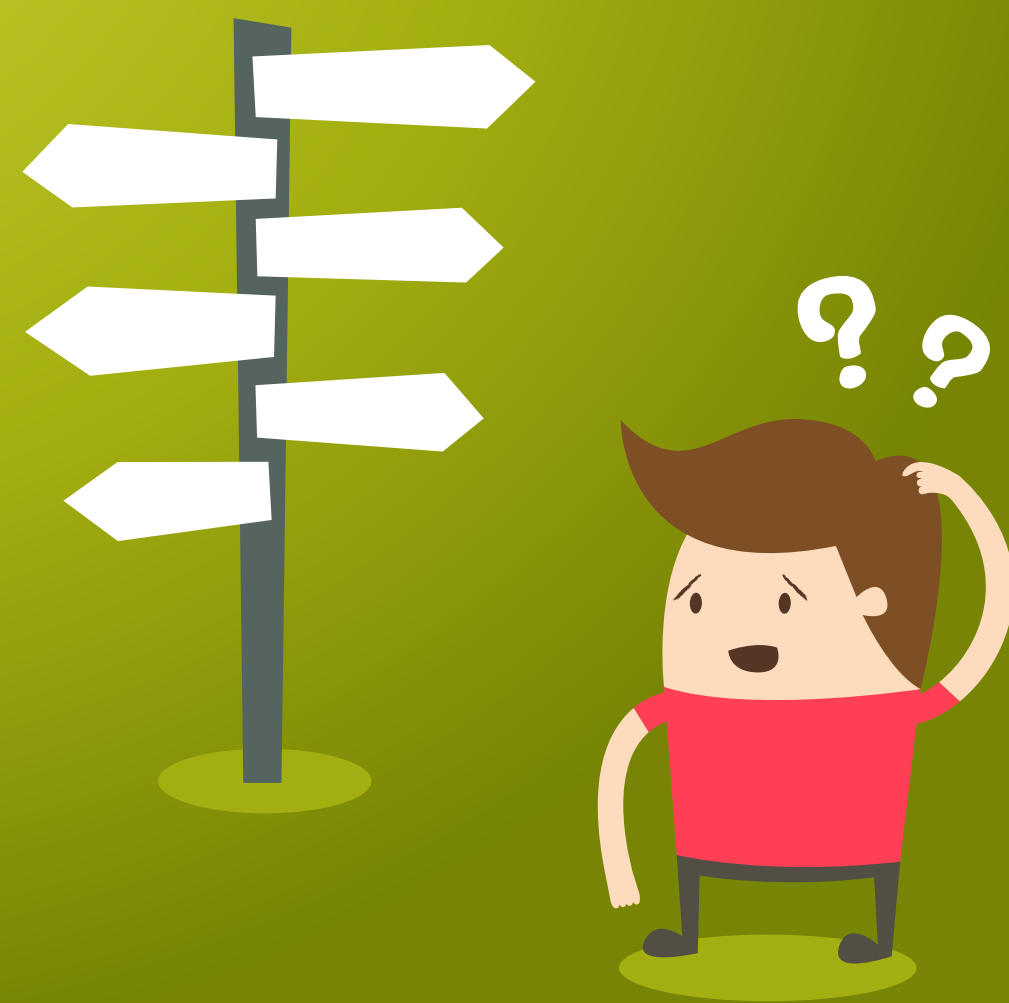


Cofinanciado por:



**Apesar de ser um processo contínuo, a reflexão de carreira ganha particular relevância na adolescência, quando os/as jovens se veem confrontados/as com a necessidade de assumir as primeiras escolhas. Contudo, a intervenção não se deverá esgotar nesta fase.**

**Neste contexto, o papel das figuras parentais é central para os processos de exploração pessoal e do mundo, de ponderação de alternativas, de escolha e de compromisso. As figuras parentais influenciam os/as seus/suas filhos/as e, quanto mais conscientes estiverem deste aspeto, mais intencional poderá ser a sua atuação, olhando-o desde cedo como uma oportunidade e não apenas na adolescência ou juventude.**



**Bibliografia de base:**

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



Cofinanciado por:



## Na infância:

**Os primeiros anos de vida são a base do desenvolvimento vocacional. O modo como se vive a infância condiciona o desenvolvimento futuro, o controlo sobre si próprio/a, as conceções acerca da tomada de decisão, a confiança quanto à realização e implementação das escolhas de carreira e o envolvimento ativo no mundo do trabalho.**

**As crianças formulam escolhas ou intenções de escolha desde muito cedo, sustentadas em imagens que vão criando, acerca do trabalho das pessoas em seu redor, locais de trabalho, remunerações, competências requeridas, entre outras dimensões. Estes conceitos exercem uma forte influência na identidade, no sucesso escolar, na forma como cada um olha para as causas do sucesso ou insucesso, na interação com os pares e no desenvolvimento de interesses.**



### Bibliografia de base:

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



Cofinanciado por:

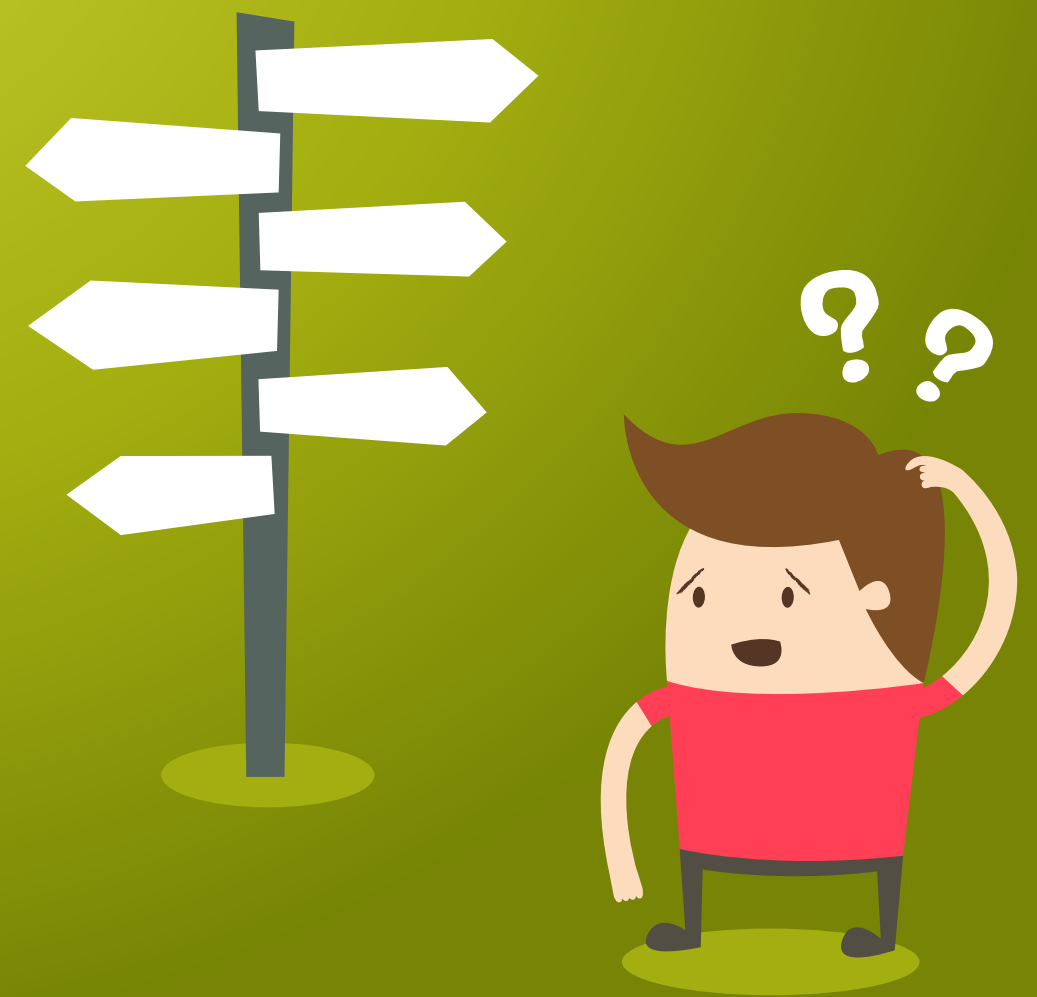




**Neste sentido, torna-se essencial criar oportunidades para que as crianças explorem diferentes contextos de forma ativa, intencional e com o objetivo de recolher informação para se questionarem e se imaginarem naqueles contextos no futuro.**

## **Como?**

- Criando oportunidades para que aprendam a resolver problemas de forma autónoma, para que possam planear, tomar decisões e assumir responsabilidades pelas suas ações;**
- Desenvolvendo conhecimento acerca de si próprio/a sobre os seus interesses, valores, aptidões e competências.**



### Bibliografia de base:

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



Cofinanciado por:



## Como?

- Orientando a criança para o mundo do trabalho, através da compreensão do significado do trabalho e da sua diversidade;
- Conhecendo e observando atividades de trabalho;
- Desenvolvendo atitudes positivas face ao trabalho, competências de planeamento, de gestão de tempo para a realização de tarefas e de priorização de atividades.

**Por vezes, as crianças apontam alternativas de profissões que envolvem poder e prestígio (por exemplo, o polícia ou o bombeiro), típico da fase de fantasia em que se encontram. Contudo, apresentam muita flexibilidade e abertura para a ponderação de várias alternativas, que deverão ser estimuladas. A promoção de uma escolha profissional precoce pode limitar a exploração e levar a criança a ignorar outras possibilidades.**



### Bibliografia de base:

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



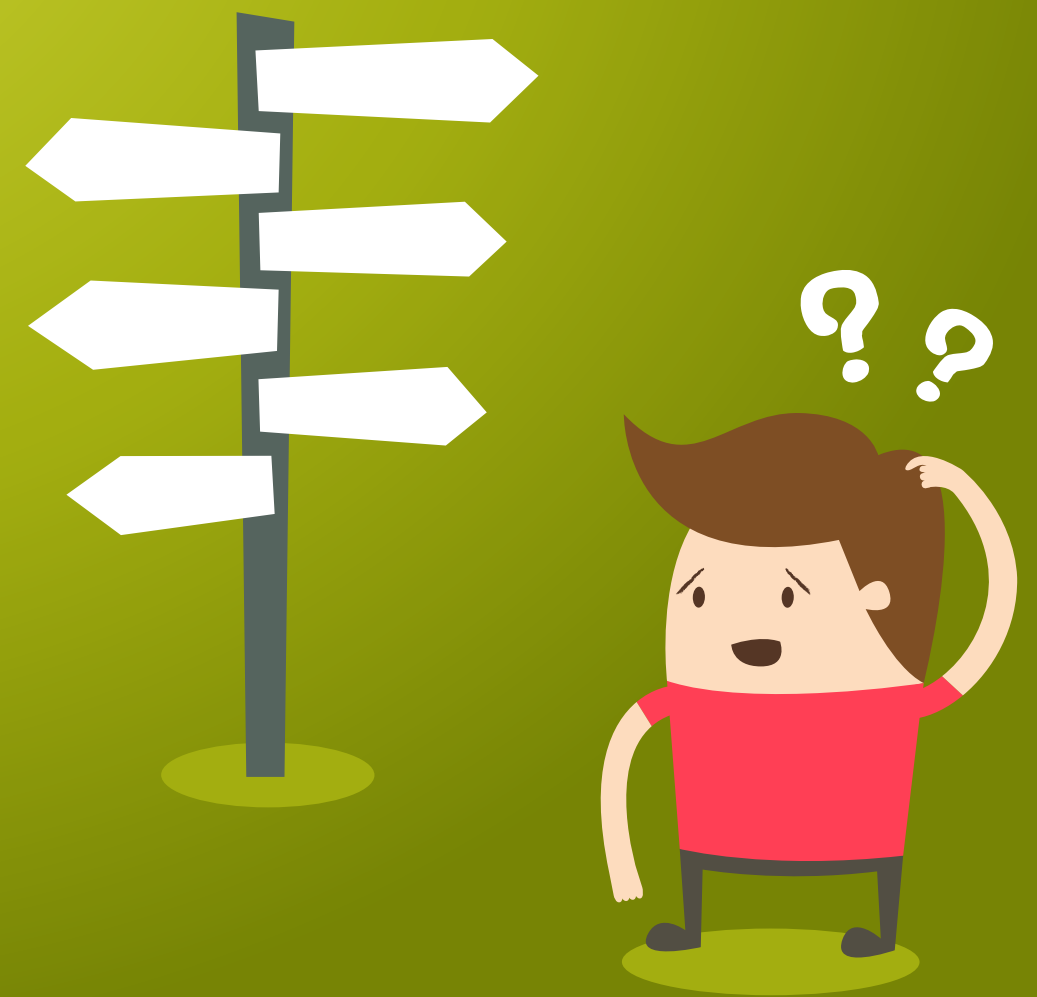
Cofinanciado por:



## Na adolescência:

**O desenvolvimento vocacional sofre uma aceleração na adolescência. Nesta fase, ocorrem mudanças a nível físico, cognitivo, moral e social, de forma gradual e não simultânea.**

**O estágio de desenvolvimento em que os/as adolescentes se encontram, designa-se por Exploração e caracteriza-se por processos de recolha de informação, de reflexão pessoal, de intencionalidade no processo e de satisfação ou sentimentos de stress, associados a esta exploração ou ao processo de tomada de decisão, entre outros aspetos.**



### Bibliografia de base:

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



Cofinanciado por:





**Da adolescência até à idade adulta, o processo passa por conhecermo-nos melhor, testarmos autoconceitos, imagens que temos de nós próprios, desenvolver alternativas, delimitar objetivos e implementar preferências.**

## **Como?**

- Tomando consciência da necessidade de tomar uma decisão (e qual) e dos fatores envolvidos no planeamento de carreira;**
- Diferenciando e clarificando interesses, competências e valores pessoais;**
- Mobilizando recursos para a exploração;**
- Adquirindo informação atempada sobre as diferentes alternativas;**
- Tomando consciência de eventuais contingências que podem afetar a concretização de objetivos, de forma a agir preventiva e intencionalmente (e.g. notas médias de alguns cursos, localização geográfica de oportunidades, exames nacionais solicitados, etc.).**



### Bibliografia de base:

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



Cofinanciado por:





**No caso concreto do final do terceiro ciclo (9º ano), a tarefa consiste em refletir e optar, não por uma profissão ou curso de ensino superior, mas por um percurso escolar num curso científico-humanístico (e qual), num curso de aprendizagem (e qual), num curso artístico especializado (e qual) ou num curso profissional (e qual). Esta escolha deverá ter em consideração, naturalmente, a situação presente, mas também objetivos futuros de prosseguimento de estudos após o ensino secundário ou de inserção na vida ativa.**

**No caso do final do ensino secundário (12º ano), a tarefa consiste em refletir e optar pela inserção no mercado de trabalho (e qual a profissão), pela realização de um curso de especialização tecnológica (e qual) ou por um curso de ensino superior (e qual). Uma vez mais, a escolha deverá ter em consideração a situação presente mas também objetivos futuros, e também as mudanças, constantes e rápidas, do mercado de trabalho.**



**Bibliografia de base:**

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



Cofinanciado por:



## O papel das figuras parentais, ao longo deste processo, passa por:

- Proporcionar aos/às filhos/as atividades concretas de exploração vocacional;
- Acompanhar nas etapas de formação e transição, que impliquem exploração intencionalizada e escolhas;
- Apoiar o desenvolvimento através de discursos sobre os significados atribuídos ao trabalho.

O papel dos pais, mães e adultos cuidadores é o de influenciar, porque influenciámos sempre, mas com o cuidado de não direcionar. O objetivo é o de alertar de modo intencional e estratégico para as várias possibilidades e para a necessidade de a criança ou jovem ir refletindo e explorando ao longo do tempo e das fases de vida, respeitando os seus interesses, competências e valores.

Saiba mais informação sobre as alternativas em:

<https://www.dge.mec.pt/cursos-cientifico-humanisticos>

[www.anqep.gov.pt](http://www.anqep.gov.pt)

[www.dges.gov.pt](http://www.dges.gov.pt)



### Bibliografia de base:

- Araújo, S. B. (2004). Desenvolvimento vocacional na infância: conclusões e orientações gerais para uma intervenção vocacional precoce. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Gonçalves, C. M., & Coimbra, J. L. (2007). O papel dos pais na construção de trajetórias vocacionais dos seus filhos. Revista Brasileira de Orientação Profissional, 8(1), 1-17
- Palma, M. (2004). O ensino secundário e o desenvolvimento vocacional dos jovens. In M. C. Taveira (Coord.) et al. Desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Fundamentos, princípios e orientações. Almedina
- Taveira, M. C. (2001). Exploração vocacional: Teoria, investigação e prática. Psychologica. 26. 55-77.
- Taveira, M. C. & Silva, J. T. (2008). Psicologia Vocacional: Perspectivas para a intervenção. Imprensa da Universidade de Coimbra



Cofinanciado por:

