



CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

FRANCISCA ALCIMONE DE OLIVEIRA PONTES

**AUTOCONHECIMENTO E CONSTRUÇÃO PROFISSIONAL: CONTRIBUIÇÕES
DA PSICOLOGIA PARA O PROCESSO DE ORIENTAÇÃO DE CARREIRA**

Juazeiro do Norte
2021

FRANCISCA ALCIMONE DE OLIVEIRA PONTES

**AUTOCONHECIMENTO E CONSTRUÇÃO PROFISSIONAL: CONTRIBUIÇÕES
DA PSICOLOGIA PARA O PROCESSO DE ORIENTAÇÃO DE CARREIRA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Esp. Silvia Moraes De Santana Ferreira

Juazeiro do Norte
2021

FRANCISCA ALCIMONE DE OLIVEIRA PONTES

**AUTOCONHECIMENTO E CONSTRUÇÃO PROFISSIONAL: CONTRIBUIÇÕES
DA PSICOLOGIA PARA O PROCESSO DE ORIENTAÇÃO DE CARREIRA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Esp. Silvia Moraes De Santana Ferreira

Aprovado em: 06/07/2021

BANCA EXAMINADORA

Prof. Esp. Silvia Moraes De Santana Ferreira
Orientadora

Prof. Esp. Cícera Jaqueline Sobreira Andriola
Avaliadora

Prof. Me. Larissa Vasconcelos Rodrigues
Avaliadora

AUTOCONHECIMENTO E CONSTRUÇÃO PROFISSIONAL: CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA PARA O PROCESSO DE ORIENTAÇÃO DE CARREIRA

Francisca Alcimone de Oliveira Pontes¹
Silvia Morais Ferreira de Santana²

RESUMO

A psicologia na orientação profissional constitui o foco desse estudo, e tem como objetivo identificar a contribuição do papel do psicólogo para o autoconhecimento na orientação profissional. Com a finalidade de atingir o objetivo proposto, foram realizadas pesquisas bibliográficas de artigos científicos dos últimos cinco anos. O processo de orientação profissional vem se transformando ao longo dos anos, passando a ter hoje uma visibilidade ainda maior para quem se propõe a entender e vivenciar esse processo, e mesmo não sendo um método exclusivo do psicólogo, este consegue se diferenciar, pois o seu fazer é voltado numa perspectiva biopsicossocial do sujeito, facilitando o processo de autoconhecimento do cliente. Foi possível concluir que a orientação de carreira quando conduzida por um profissional de psicologia, aumentam as chances de assertividade, pois se entende que o psicólogo conseguirá desenvolver elementos não somente técnicos, mas também subjetivos, que possibilitem a esse orientando desenvolver seu autoconhecimento, já que o mundo competitivo do trabalho requer dos profissionais um posicionamento seguro e coerente com suas habilidades e competências capazes de atingir os objetivos, não só das organizações nas quais esse profissional esteja inserido, bem como de suas próprias metas como sujeito ativo no mundo.

Palavras-chave: Orientação profissional. Psicologia. Autoconhecimento.

ABSTRACT

Psychology in professional guidance is the focus of this study, and aims to identify the contribution of the psychologist's role to self-knowledge in professional guidance. In order to achieve the proposed objective, bibliographic research of scientific articles from the last five years was carried out. The process of professional guidance has been changing over the years, now having an even greater visibility for those who intend to understand and experience this process, and even though it is not an exclusive method of the psychologist, this one manages to differentiate itself, as its doing is focused on a biopsychosocial perspective of the subject, facilitating the client's self-knowledge process. It was possible to conclude that career guidance, when conducted by a psychology professional, increases the chances of assertiveness, as it is understood that the psychologist will be able to develop not only technical, but also subjective elements, which enable the mentee to develop their self-knowledge, since the competitive world of work requires from professionals a safe and consistent position with their skills and competences capable of achieving the goals, not only of the organizations in which this professional is inserted, as well as their own goals as an active individual in the world.

Keywords: Professional guidance. Psychology. Self-knowledge

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: alcimoneoliveirap@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: silviamorais@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

O mundo do trabalho é permeado por transformações e isso desencadeia um aumento no nível de exigência quanto a atuação dos profissionais no exercício de suas atividades, como também nas suas relações. A orientação profissional (OP) é conceituada como um processo que se destina a assessorar pessoas que buscam entender e sanar suas questões ligadas a carreira, ou seja, ao seu caminho profissional, independentemente da idade ou fase da vida que o indivíduo esteja atravessando, normalmente inicia na fase adolescência, mas não precisamente se destina somente a esse público (FELIPPE et al., 2018).

É uma atividade que se apresenta como suporte, com o intuito de suprir os anseios, as dúvidas e angústias dos participantes. O método conduz a revelar descobertas, ao alcance de atingir metas, analisando de forma assertiva o projeto de vida como um todo, podendo muitas vezes libertar o participante de entraves que o impede de prosseguir, orientando em sua maioria na tomada de decisão, além de promover um vasto entendimento acerca das profissões e suas particularidades (FRABETTI et al., 2015).

É importante enfatizar que o papel do orientador está pautado em ajudar o orientando a identificar as suas habilidades e competências, bem como reduzir seu sofrimento quanto as questões profissionais, nesse sentido compreende-se que a decisão precisa partir sempre do orientando, e nunca do profissional que está conduzindo o processo, pois este tem o papel de direcionar as mudanças necessárias, minimizando as inquietações trazidas pelo orientando nas sessões (GRINSS; JUNG, 2017).

O autoconhecimento apresenta-se como fator primordial dentro da orientação profissional, sendo essencial e de extrema importância na compreensão que o orientando precisa ter de si mesmo, favorecendo uma maior segurança em suas escolhas, que contribui no desenvolvimento das competências e capacidades exigidas nos desafios traçados, bem como no aumento dos resultados, possibilitando um melhor entendimento sobre sua carreira, respeitando seu estilo de vida profissional e de seus valores. Frente a esse contexto, o artigo possui como pergunta central qual a contribuição do psicólogo para o autoconhecimento no processo de orientação de profissional?

A relevância desta pesquisa parte do preceito de identificar a importância do papel do psicólogo na orientação profissional, pois trata-se de um processo que tem como objetivo auxiliar as pessoas a um direcionamento em relação a sua trajetória profissional. Entende-se que esse processo tem grande influência e importância para o meio acadêmico e ao meio social,

pela competitividade encontrada no mercado de trabalho atual sendo, portanto, necessário que acadêmicos e profissionais tornem-se agentes de mudanças dentro desse contexto.

Adquirir o autoconhecimento tem relevância não só nas relações pessoais, mas também na relações profissionais, que contribui diretamente no alcance do sucesso na carreira do indivíduo. Na era do conhecimento, é fundamental elencar os objetivos pessoais e profissionais e buscar uma qualificação dentro desse percurso. O indivíduo deve procurar potencializar as suas habilidades e desenvolver competências com a finalidade de conseguir os resultados desejados, que possibilite ser competitivo nesse mercado tão exigente.

O objetivo do presente estudo foi identificar a contribuição do psicólogo para o autoconhecimento no processo de orientação profissional, explanando um breve histórico e conceitos da orientação profissional, compreendendo o papel do psicólogo no processo de orientação de profissional e relatando a importância do autoconhecimento na carreira profissional.

2 METODOLOGIA

O estudo pretende compreender a atuação do psicólogo na orientação profissional e a sua contribuição para o autoconhecimento nesse processo. Essa pesquisa é do tipo bibliográfica, feita a partir de levantamentos trazidos da literatura já publicadas. Classifica-se quanto a finalidade como pesquisa básica, que gera novos conhecimentos, contribuindo no avanço da ciência. Quanto a natureza dos dados trata-se de pesquisa qualitativa, que foca em características subjetivas, a fim de buscar um aprofundamento das informações, bem como na compreensão da totalidade dos fenômenos, de forma organizada e intuitiva e quanto ao propósito/objetivo geral da pesquisa é exploratória, tendo como fim explorar o conteúdo, familiarizando-se com mesmo, tornando mais explícito e com uma maior precisão (PRAÇA, 2015).

Foi utilizado fontes de publicação de pesquisas das seguintes Bibliotecas Virtuais: Biblioteca Científica Eletrônica Online (SciELO) - Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC) e Google Acadêmico. Como critérios de inclusão considerou-se publicações dos últimos cinco anos, em português. Utilizou-se para busca os descritores: *orientação profissional, psicologia e autoconhecimento*.

3 BREVE HISTÓRICO E CONCEITOS DA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Na idade média as pessoas eram acometidas a trabalhar com o único objetivo de sustentar a família. O trabalho não tinha conotação de realização pessoal e nem de agregação de valor a história de vida do sujeito, bem como também não se tinha oportunidade de escolha quanto a profissão desejada. A subjetividade e a qualificação do profissional não eram percebidas como posição de destaque ao olhar da sociedade no mundo do trabalho, pois o direcionamento era sempre de forma hierárquica, oriunda sempre de uma ideia centralizada e de poder (SOUZA; SILVA; PAVONI, 2015).

Segundo Souza, Silva e Pavoni (2015), com a Revolução Industrial as inclinações foram direcionadas quanto a forma de trabalho, passando a sofrer mudanças nos métodos afim de aumentar os lucros empresariais. Estudiosos e pesquisadores passaram a direcionar seus estudos na compreensão da produtividade que o indivíduo podia vir a oferecer em sua ocupação. Partindo desse entendimento, foi identificado a grande relevância no momento da contratação do pessoal, que quando realizado com eficiência, é possível conseguir a pessoa certa para ocupar o cargo certo, já que as habilidades precisam ser coerentes com a função ofertada.

De acordo com Pessenda, Mascotti e Cardoso (2018), a Orientação Profissional surgiu no início do século XX na Europa, por volta de 1902. Foi originada após a chegada do Centro de Orientação Profissional na cidade de Munique, sendo o responsável pela criação do centro o Frank Parsons. O interesse no tema surgiu pela análise minuciosa dos trabalhadores nas suas atividades laborais, onde era possível observar suas competências e habilidades relacionando-as com as tarefas atreladas ao cargo. Teve também o intuito de trabalhar a diminuição dos riscos de acidentes no local de trabalho afim de minimizar custos para as empresas.

Silva, Munhoz e Leal (2019) afirmam que a orientação profissional surgiu no Brasil em 1920, com intuito de orientar e encaminhar os jovens do ensino médio que tinha como principal meta adentrar aos cursos profissionalizantes da época. O contexto educacional era fortemente trabalhado pelos orientadores profissionais e educacionais, pois entendia que os jovens eram o público com maior necessidade de orientação profissional, ou seja, eles normalmente se sentiam perdidos e o suporte de um profissional eram imprescindíveis para que a decisão da escolha profissional fosse assertiva.

A orientação profissional no contexto escolar foi inserida através do educador Lourenço Filho, na cidade de São Paulo, na década de 1940. O termo era denominado na época como orientação educacional, uma atividade que foi incluída nas escolas e que tinha em sua prática uma relação direta nas escolhas profissionais, com o objetivo de instruir jovens estudantes do

ensino médio em um período da vida considerado conturbado e cheio de incertezas (FARIA, 2020).

Pessenda, Mascotti e Cardoso (2018) mencionam as transformações da orientação profissional a partir de 1940, dentre elas, o uso de testes psicológicos que favoreceram para que o processo conseguisse atingir uma amplitude ainda maior, pois foi possível perceber que o processo poderia ser mais bem aprofundado. A aplicação de testes psicológicos facilitou no intuito de proporcionar uma atuação do orientador com maior assertividade, visto que, somente a aplicação dos testes não pode ser utilizada uma única técnica isolada que conseguirá subsidiar as informações necessárias ao orientador, é preciso outras ferramentas, como entrevistas e uma série de fatores, para que se consiga dar o suporte esperado pelo orientando, garantindo um serviço de qualidade.

Ambiel, Campos e Campos (2017) colocam que a história da OP está diretamente ligada a Terceira Revolução industrial, por volta de 1950, que facilitou o andamento do processo, possibilitando a sua visibilidade e sua importância como um método que mesmo em construção, possibilitasse o desenvolvimento, tendo intuito de ajudar a expandir a economia, bem como tinha o propósito de aumentar o nível de eficiência e conseqüentemente da produtividade dos trabalhadores dentro de um contexto permeado de mudanças que, até então, não tinha padrões tão bem estabelecidos.

Os estudos de Silva, Munhoz e Leal (2019) apontam que até meados do século XX, a definição utilizada era orientação vocacional, e a atenção do orientador no processo era descobrir juntamente com o orientando as suas habilidades para que, a partir desse trabalho, fosse possível ter uma assertividade na escolha da profissão. Naquela época, a carreira profissional era vista e vinculada somente ao conjunto de cargos a serem ocupados de forma já esperada por trabalhadores considerados aptos a função dentro do contexto de trabalho.

Levenfus (2010 apud GRINGS; JUNG, 2017) descreve em sua literatura a diferença entre orientação profissional e a orientação vocacional, em que a orientação profissional trabalha no intuito de informar a respeito das múltiplas profissões existentes, bem como orientar acerca nas diversas possibilidades ofertadas pelo mercado. A orientação vocacional diverge, por ser um processo de maior dimensão, pois trabalha com a subjetividade do sujeito e na avaliação da identidade de cada indivíduo, relacionando com a sua inclinação aos cargos existentes no mundo corporativo.

Para Souza, Silva e Pavoni (2015), com a influência do psicanalista Rodolfo Boholavsky, a orientação profissional passa a ter sua entrada na clínica na área da psicologia, e passou a ter influências da abordagem teórica da psicanálise para a sua prática. No Brasil, ela

foi inserida pela pesquisadora Maria Margarida Carvalho no ano de 1970, que contribuiu para o desenvolvimento do processo e das transformações da OP, e que até hoje é utilizada nas clínicas, cuja finalidade era de preparar e auxiliar o sujeito em suas escolhas quanto a dimensão no mundo do trabalho.

Em 1993, a Associação Brasileira de Orientação Profissional (ABOP), foi originada com objetivo de expandir e incentivar o processo de orientação profissional, como também contribuiu em projetos e eventos científicos, com a finalidade de aumentar o engajamento e o aprimoramento de profissionais e especialistas dedicados a essa área. Vale ressaltar que o projeto representou grandes influências. A Revista Brasileira de Orientação Profissional conseguiu obter resultados positivos, aumentando a visibilidade e os estudos voltados a esse método de trabalho (AMBIEL; CAMPOS; CAMPOS, 2017).

Costa, Muniz e Cavalcante (2015) enfatiza a importância do processo de OP, já que habilita o sujeito a viver o seu melhor caminho. Nos dias de hoje, principalmente o contexto profissional, dispõe de um lugar de grande relevância e referência na vida do ser humano, o que corrobora no desejo de conseguir, através de sua profissão, uma estabilidade financeira atrelado a um contentamento pessoal, e também na auto realização profissional. Embora ainda a escolha seja permeada por pressões, as pessoas conquistaram o privilégio de escolha da profissão, que facilita ter satisfação e orgulho, tendo muitas vezes o retorno esperado.

Duarte (2015) relata que a orientação profissional emergiu em inúmeras modificações ao longo do tempo, e que a realidade do século XXI é bem diferente do que foi no século XX, entendendo que diversos fatores são perpassados por essas mudanças. A carreira passa a ter uma compreensão mais ampla, sendo vista com um grau de maior complexidade e de forma singular, pois ela consegue ser trabalhada pelo orientador, por uma perspectiva que visa compreender e entender o projeto de vida do sujeito e suas peculiaridades.

Silva, Munhoz e Leal (2019) trazem que, no cenário atual, faz-se necessário um aprofundamento nas teorias e práticas nas relações de trabalho, principalmente ligadas ao processo de orientação, já que se trata de desenvolver pessoas, direcionando-as a uma nova postura, que contribua na desenvoltura em seus papéis profissionais. É relevante compreender que, com a instabilidade e as transformações constantes que o mercado de trabalho atravessa, cabe a cada profissional buscar sua qualificação e se responsabilizar pelo alcance de suas metas traçadas ao longo do percurso de vida.

4 O PAPEL DO PSICOLOGO NO PROCESSO DE ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

A orientação profissional abrange públicos em diferentes fases da vida, iniciando pelos adolescentes, pois é natural que se encontrem acometido por incertezas quanto a escolha de sua área de atuação profissional. Há também um enfoque no atendimento com adultos, na redefinição da sua profissão, necessitando de uma reorientação. Por último, no momento de aposentadoria, em que o indivíduo necessita de um auxílio para compreender essa nova fase e como pode aproveitá-la de maneira produtiva e confortável, partindo de um contentamento interno, capaz de traçar e atingir metas em uma fase da vida ainda muito cheia de estereótipos (FELIPPE et al., 2018).

Faria (2020) relata que a condução do processo de orientação profissional não é uma atividade particular do psicólogo, podendo ser conduzida por profissionais de diversas áreas ligadas ao contexto educacional, embora a atuação do psicólogo deve ser apontada como destaque, já que a sua formação fornece subsídios que permite uma condução voltada totalmente a interação humana, além da viabilidade de aplicação de teste psicológicos, que permite medir e identificar o grau de competências dos orientandos, promovendo uma maior preparação quanto aos projetos de vida ligadas aos planos profissionais.

Para Sousa et al. (2020) a entrevista é vista como uma das técnicas mais aplicada pelo psicólogo entendendo que, quando empregada na orientação profissional, tem a finalidade de colher informações e esclarecer algumas dúvidas pertinentes ao processo. A aplicação de testes psicométricos e testes projetivos também podem ser utilizadas e contribui nas informações que o orientador precisa colher a respeito do seu orientando, agregando um maior valor no processo, garantindo uma maior assertividade preponderante ao psicólogo e ao seu orientando. Apesar da importância do uso de testes, estes jamais poderá substituir o papel do psicólogo no processo.

Ao passar dos tempos, com estudos voltados ao campo do trabalho, foi visto que os indivíduos que têm a capacidade de construir sua carreira, identificando suas potencialidades e fraquezas, tem uma maior probabilidade de construir sua identidade profissional. Nesse sentido é válido mencionar que as técnicas de avaliação psicológica foram valorizadas a fim de contribuir na descoberta de traçar o perfil do indivíduo, servindo como apoio nessa construção de identidade profissional tão almejada pelo orientando. (SILVA; MUNHOZ; LEAL, 2018).

Nos estudos de Faria (2020) os testes psicológicos constituem uma parcela importante para se obter o alcance dos objetivos propostos na orientação profissional, já que tal processo é permeado por uma complexidade, o que dificulta a chegar em uma conclusão com total segurança e certeza absoluta, entendendo que os resultados alcançados através dos testes não trazem uma resposta completa, no que se refere a compreensão da personalidade do indivíduo, já que o processo como um todo é permeado por uma relação que envolve não somente a

realidade do campo estudado, mas também de reflexões que corrobora para o entendimento da história de vida do sujeito.

É fundamental e se faz necessário um olhar atento, cuidadoso, atrelado a uma escuta empática aos jovens adolescentes que transitam nessa fase, que quase sempre são conflitantes com suas questões internas e na relação com seu núcleo familiar. O período da adolescência é atravessado por incertezas, em que a maior parte dos jovens busca se conhecer e se descobrir, podendo ser para alguns um período de crises e questionamentos, gerando sofrimento em um momento tão marcante e delicado que se não bem elaborado, pode gerar consequências que podem vir afetar a sua qualidade de vida, interferindo diretamente na sua saúde mental. (SOUZA; SILVA; PAVONI, 2015).

Segundo as pesquisas de Grings e Jung (2017) os jovens, ao concluírem o ensino médio, tem uma grande perspectiva nas questões ligadas a profissão, relacionando o término do ensino médio com o ingresso ao mercado de trabalho, apesar que a maioria se destina a entrar no ensino superior. Independente de qual seja a direção nessa fase da vida, os autores trazem que ainda uma grande parte dos jovens podem vir a necessitar da assistência de um profissional, ressaltando que a questão socioeconômica desse jovem também interfere muitas vezes nas suas escolhas, já que a área financeira pode ser considerada como fator decisivo para alguns na tomada de decisão.

Para Costa, Muniz e Cavalcante (2015) falar da atuação do psicólogo escolar, remete a entender que o ambiente da escola é considerado como um espaço apropriado para tratar sobre assuntos ligados a carreira. Portanto, há uma grande relevância que a condução da orientação profissional seja realizada por um profissional de psicologia, pois este tem o papel de agente de transformação não somente de cunho profissional, como também social. A direção do psicólogo no processo perpassa em observar a estrutura familiar desse orientando, bem como entender todo o seu contexto que traz como foco a situação atual e o planejamento de futuro.

Fabris (2017) aponta em seus estudos que o papel do psicólogo em suas diversas áreas de atuação vai muito além de uma escuta, pois sua atuação é atravessada por um conjunto amplo de conhecimentos que por meio de uma abordagem psicológica. Nesse sentido, as abordagens psicológicas subsidiam ao profissional de psicologia a oportunizar em seu paciente/cliente um processo de reflexão e consciência de si, envolvendo suas vivências passadas com seu contexto de vida atual, proporcionando a reestruturação desse sujeito atrelado a um contentamento de bem-estar, viabilizando uma melhora na sua saúde mental.

O manejo do psicólogo como orientador profissional necessita de um conhecimento teórico, que facilite na condução do processo, favorecendo ao orientando pensar sobre a

realidade e as possibilidades existentes no mundo, refletindo sobre fatores sociais, econômicos e políticos, a fim de que o seu direcionamento o faça a seguir em um trabalho valioso para si e para o mundo. A linha de pensamento do orientador, que se baseia por meio de uma abordagem psicológica, é considerada essencial, pois o norteia de forma clara a fazer uma análise mais adequada, identificando o perfil comportamental desse sujeito (FABRIS et al., 2017).

De acordo Silva (2016) optar por uma determinada carreira e tomar decisões sobre os rumos profissionais não são processos fáceis, podendo gerar conflitos internos e externos. O indivíduo que tem a possibilidade de construir uma carreira profissional sólida e coesa, sente-se mais seguro em suas atitudes, além de elevar a sua autoestima e conseqüentemente a sua satisfação e profissional, uma vez que o mercado de trabalho passa por diversas mudanças e cada vez mais exige do profissional amadurecimento para lidar com as adversidades frequentes nas relações de trabalho.

Sabe-se que, identificar seu foco e estar seguro quanto a sua identidade profissional, é de fato algo desejado pelo indivíduo, no entanto, para alguns, ainda é bastante desafiador, já que atrelado a esse desejo, há diversos entraves internos que precisam ser trabalhados. O apoio de um profissional de psicologia torna-se indispensável na orientação profissional, no alcance de conseguir proporcionar o autoconhecimento dos que tem a oportunidade de participar de tal processo, já que as pessoas normalmente apresentam questões internas muitas vezes enraizadas a partir de suas crenças e do que lhe foi ensinado frente a dinâmica familiar (ALVES; SILVA; BARREIRA, 2019).

Segundo Fabris et al. (2017) o psicólogo na orientação profissional busca trabalhar questões voltadas a subjetividade humana, não se restringindo somente as questões de trabalho, apesar de apresentar traços semelhantes ao processo da clínica, em nenhum momento pode ser vista como psicoterapia. O objetivo da psicologia perpassa pela prevenção e promoção da saúde, promovendo equilíbrio e autonomia do sujeito na qual é possível, pelo manejo de técnicas psicológicas aplicadas no processo de orientação profissional, trabalhar para que aconteça o amadurecimento do indivíduo, bem como o entendimento de suas reais fragilidades e potencialidades.

Para Felipe et al. (2018) as dúvidas vão além de definir a profissão, pois quando se faz tal escolha, é possível que se tenha outros questionamentos que envolve a condução dessa área de forma mais precisa e prospera, pois, a depender da profissão escolhida, permanecer nela em um mundo tão cheio de demandas e transformações, é sem dúvida um desafio a ser pensado e trabalhado. O psicólogo orienta o participante a traçar seus objetivos, para que seu caminho seja conduzido com confiança e autonomia, porém a decisão parte sempre do orientando,

tornando-o consciente dos fatores internos e externos que perpassa e influencia na sua tomada de decisão.

A sociedade atravessa uma série de transformações no contexto econômico e científico que tem implicações direta na vida do ser humano, afetando o seu desenvolvimento e acarretando inúmeras dificuldades ao longo do percurso de vida, que devem ser encaradas diariamente, corroborando muitas vezes no adoecimento mental dos indivíduos, no desejo de conseguir acompanhar tais mudanças, principalmente quando estas são relacionadas ao campo de trabalho. Nesse sentido é possível entender a importância do profissional de psicologia, que propicia na orientação profissional um norte diante dos inúmeros fatores que o orientando terá que encontrar e lidar durante a caminhada (FABRIS et al., 2017).

5 A IMPORTÂNCIA DO AUTOCONHECIMENTO NA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Silva (2019) descreve o conceito de autoconhecimento como um processo contínuo de autocuidado, que envolve também a autoanálise. Nesse sentido, o sujeito consegue ter uma percepção clara de si mesmo, provocando no indivíduo um conhecimento acerca de seus comportamentos que normalmente interfere nas suas relações. Nesse ato de conhecer-se, é provável que se consiga ter um melhor posicionamento diante de situações, mesmo daquelas mais complexas e inusitadas que normalmente acontecem, já que fazem parte do processo natural da vida.

O autoconhecimento tem grande relevância no processo de vida, seja ele no âmbito pessoal ou profissional, pois quando mais o sujeito se conhece, mais ele tem capacidade de se perceber, tendo consciência de si e de suas atitudes, compreendendo o seu papel social no mundo. Uma vez que o sujeito inicia seu processo de autoconhecimento, é possível que no seu agir no mundo e sobre o mundo, haja um equilíbrio entre o racional e emocional, entendendo serem fatores preponderantes para que se consiga uma postura responsável e valorizada (VIEIRA, 2017).

Entende-se que a escolha profissional, é considerada como uma das decisões importantes da vida, e nela há duas vertentes essenciais que necessita fazer reflexões. A primeira é voltada ao entendimento do EU próprio, que significa ter o autoconhecimento, tendo implicações direta nas preferências pessoais que o a pessoa tem de si. A segunda demanda em compreender a realidade existente, sendo de grande relevância a criticidade acerca do mercado

de trabalho, e a partir de então, conseguir de forma segura traçar seu projeto de vida (FARIA, 2020).

Segundo Vieira (2017) a transmissão de conhecimento e ensinamentos a respeito de quem você é como sujeito, é repassado pelos pais, ou seja, desde criança o indivíduo é ensinado a seguir regras, comportamentos e conseqüentemente é interferido por terceiros nas suas escolhas. Quando adulto, é possível que muitas vezes suas escolhas não estejam bem direcionadas se este não conseguir se posicionar, portanto, é necessário que cada pessoa construa sua própria percepção, e a partir de então consiga entender a necessidade de estar aberto a novas experiências para sua tomada de decisão.

Faria (2020) traz que a processo de optar uma profissão é perpassada pelo autoconhecimento, bem como uma visão da realidade a qual indivíduo se encontra, percebendo seu estado atual, e tendo como objetivo onde quer chegar. É a partir do conhecimento de si que a pessoa tem condições de saber e conhecer as suas reais necessidades, prioridades, habilidades, interesses, bem como o seu posicionamento diante de situações adversas, que permeia o mercado de trabalho, bem como nas interações sociais com o outro. O indivíduo precisa se perceber como protagonista de sua história, que requer para alguns abandonar o que lhe foi ensinado, reconstruindo sua visão de mundo a partir de suas próprias experiências.

Fellippe et al. (2018) relata que quando se trata de falar sobre a fase da adolescência, que normalmente é uma fase repleta de dúvida e incertezas, em que necessita escolher o primeiro emprego ou decidir por um curso técnico ou superior, tudo isso pode contribuir no fator de ansiedade que é gerado geralmente nesse momento da vida. Portanto, quando o adolescente busca se conhecer e ter um entendimento de quais conteúdos tem uma maior afinidade no campo escolar ou acadêmico, mais fácil fica de identificar o seu objetivo e a sua inclinação para determinadas áreas que deseja atuar, trilhando um futuro almejado por si mesmo.

O autoconhecimento atravessa o entendimento de quando o sujeito tem convicção de suas habilidades e conhece suas forças e fraquezas, entendendo que esses pontos fazem toda diferença no momento da escolha profissional ou na mudança de carreira, desse modo, conhecer o que te deixa feliz ajuda a reduzir todo sofrimento atrelado as possíveis conseqüências que tem na tomada de decisão quanto a área desejada. (PURCENO et al., 2016).

Para Purceno et al. (2016) trilhar uma carreira de excelência, que possa servir de referência a outros profissionais, vai muito além do que só o conhecimento técnico, pois requer do indivíduo controle emocional, resiliência e capacidade de tomar decisões rápidas, estipulando sempre que necessário um plano de ação viável, que faça sentido para sua vida. A

busca pelo autoconhecimento precisa ser contínua, pois requer cautela e total atenção de si mesmo, pois, saber quem você é, corrobora verdadeiramente em conquistar melhores resultados, aumentando uma compreensão de si e do outro.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da pesquisa realizada, foi possível compreender que a orientação profissional tem sua base histórica construída ao longo de anos e que, com o passar dos tempos, foi se transformando de acordo com as exigências que surgia e surgem até hoje no mercado de trabalho. Hoje representa mais um método de auxílio, capaz de subsidiar meios para facilitar o entendimento e o enfiamento do caminho profissional. Nesse sentido justifica-se a dimensão do crescimento do processo desde a sua origem, para chegar ao que hoje é nomeado como orientação de carreira.

O estudo demonstra que a condução no processo de orientação profissional não é uma atividade meramente restrita ao psicólogo. No entanto, quando conduzida pelo profissional de psicologia que se compromete a trabalhar baseado nos preceitos éticos, atrelando os conhecimentos da teoria com o olhar na singularidade de cada participante, terá grande chance de desencadear no orientando um despertar para abrir novos horizontes em que ele mesmo consiga reconhecer-se e permite-se assim, um novo olhar a partir de uma perspectiva não antes percebida ou sem muito conhecimento de causa, já que tomar decisão requer coragem e consciência de si, necessitando muitas vezes de um envolvimento mais criterioso racional e emocional.

Conclui-se, portanto, que a busca pelo autoconhecimento é um dos enfoques que o psicólogo trabalha na orientação de profissional, considerado como o mais importante. Entende-se que não é um saber sobre conhecer as teorias, é preciso um despertar em torno do que se acredita como ideal para a própria vida, dentro de um conhecimento amplo dos erros e acertos nas tomadas de decisões ligadas ao contexto de trabalho. Sentir-se seguro e confortável nas escolhas, sem a preocupação de atender as expectativas de familiares ou terceiros, é entender que, quando se trabalha com quem se ama e consegue sentir orgulhoso, tem-se um dos pilares essenciais para garantir que o profissional, independentemente da área que exerça, consiga resultar em um trabalho com qualidade, seriedade e, acima de tudo, humanizado.

REFERÊNCIAS

- ALVES, N. F. T.; SILVA, R. N.; BARREIRA, M. M. L. Orientação Profissional com Jovens em Vulnerabilidade Social: Uma Revisão Teórica. **Revista FSA**, Teresina, v. 16, n. 3, p. 249-264, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.12819/2019.16.3.13>. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/332795523_Orientacao_Profissional_com_Jovens_e_m_Vulnerabilidade_Social_Uma_Revisao_Teorica. Acesso em: 25 nov. 2020.
- AMBIEL, R. A. M.; CAMPOS, M. I.; CAMPOS, P. P. T. V. Z. Análise da Produção Científica Brasileira em Orientação Profissional: Um convite a novos rumos. **Psico-USF**, Itatiba, v. 22, n. 1, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712017220112>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712017000100133. Acesso em: 27 nov. 2020.
- COSTA, A. R. L.; MUNIZ, L. C.; CAVALCANTE, A. C. S. Tomando decisões: programa de orientação profissional. **Psicologia Escolar e Educacional**, Maringá, v.19, n. 3, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-3539/2015/0193890>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572015000300621. Acesso em: 02 out. 2020.
- DUARTE, M. E. Inovação em Orientação e Aconselhamento de Carreira: Mitos e Realidades. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v.16, n. 2, p.111-121, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2030/203046164003.pdf>. Acesso em: 21 nov. 2020.
- FABRIS, A. S. et al. Da orientação a re-orientação profissional: reflexões acerca da atuação do psicólogo frente ao atual cenário de mudanças profissionais. **Akrópolis**, Umuarama, v. 25, n 1, p. 13-24, 2017. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/akropolis/article/view/6670/3531>. Acesso em: 14 maio. 2021.
- FARIA, C. M. Orientação profissional no contexto escolar. **Editorial Bius**, v. 21, n.15, 2020. Disponível em: <https://www.periodicos.ufam.edu.br/index.php/BIUS/article/view/8031>. Acesso em 16 maio. 2021.
- FELIPPE, W. C. et al. Projeto de vida profissional em contexto coletivo: Uma experiência com adultos profissionais. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, Minas Gerais, v. 3, n. 5, p. 485-499, 2018. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/16025>. Acesso em: 23 março. 2021.
- FRABETTI, K. C. 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, dezembro. 2015. Disponível: <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/145>. Acesso em: 21 março. 2021.
- GRINGS, J. A; JUNG, C. F. Fatores que influenciam na escolha profissional e a importância da orientação vocacional e ocupacional. **Revista Espacios**, Taquara, v. 38, n.15. p. 1-21.

2017. Disponível em: <https://www.revistaespacios.com/a17v38n15/a17v38n15p12.pdf>. Acesso em: 25 nov. 2020.

PESSEDA, B; MASCOTTI, S. T; CARDOSO, F. H. **Intervenção em Orientação Profissional em estudantes de escolas públicas brasileiras: uma revisão narrativa.** Estudos Interdisciplinares em Psicologia, Londrina, v. 9, n. 3, p.123-138, 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eip/v9n3/a08.pdf>. Acesso em 26 nov. 2020

PRAÇA, F. S. G. Metodologia da pesquisa científica: organização estrutural e os desafios de redigir o trabalho de conclusão. **Revista Diálogos Acadêmicos.** FNSA (Faculdade de Filosofia, Ciências e Letra Nossa Senhora de Aparecida, n. 1, p. 72-87, 2015. Disponível em: http://uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20170627112856.pdf. Acesso em: 21 março 2021.

PURCENO, A. et al. Formando um perfil profissional para uma carreira de sucesso na indústria. **Química Nova.** São Paulo, v. 39, n. 4, 2016. DOI: <https://doi.org/10.5935/0100-4042.20160030>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/qn/a/xSd7Kp9FwB6TydnFBpDL4jF/?lang=pt>. Acesso em 23 maio. 2021

SILVA, A. Autoconhecimento: O impulso para a evolução. **Gv Executivo**, v. 18, n. 5, 2019. DOI: <https://doi.org/10.12660/gvexec.v18n5.2019.80377>. Disponível em: <http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/gvexecutivo/article/view/80377>. Acesso em 28 maio. 2021.

SILVA, L. L. M.; MUNHOZ, I. M. S.; LEAL, M. S. Orientação profissional na educação básica como política pública no Brasil. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Ribeirão Preto, v. 20, n. 1, p.3-18, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2019v20n1p3>. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbop/v20n1/02.pdf>. Acesso em: 22 nov. 2020.

SILVA, L. Estudo sobre a Orientação Vocacional e Profissional-Escolhas. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 239-244, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-3539/2015/0202957>. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pee/v20n2/2175-3539-pee-20-02-00239.pdf>. Acesso em 26 nov. 2020.

SOUSA, C. C. C. et al. Práticas psicológicas em orientação profissionais no Brasil. **Estação Científica.** Juiz de Fora, n. 23, 2020. Disponível em: <https://portal.estacio.br/media/4682909/pr%C3%A1ticas-psicol%C3%B3gicas-em-orienta%C3%A7%C3%A3o-profissional-no-brasil.pdf>. Acesso em 16 maio. 2021.

SOUZA, E. C. P.; SILVA, M. J.; PAVONI, R. **A importância da orientação profissional no ensino de jovens e adultos (EJA).** 2015. Trabalho de conclusão de curso (Curso em Psicologia) - Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium, Unisalesiano de São Paulo, São Paulo, 2015. Disponível em: <http://www.unisalesiano.edu.br/biblioteca/monografias/58534.pdf>. Acesso em 21 nov. 2020.

VIEIRA, S. C. Perceber-se e aprender-se: caminho para o autoconhecimento. **Saber Humano- Revista Científica da Faculdade Antonio Meneghetti**. Edição especial: Cadernos de Ontopsicologia, p. 42-49, 2017. ISSN 2446-6298. Disponível em: <https://saberhumano.emnuvens.com.br/sh/article/download/177/200>. Acesso em 23 maio. 2021.