

ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL E CONSTRUÇÃO DE SENTIDO DE VIDA EM JOVENS DO ENSINO MÉDIO: uma experiência de estágio supervisionado em Psicologia Escolar na cidade de Ubá/MG

GALINARI, Lúcia Helena Tostes de Assis – luciatostes@yahoo.com.br¹

FERREIRA, Elessandra Cristina Reis²

MEIRELES, Gabriela Silveira³

1. Resumo

Sabemos que existe uma demarcação muito forte que se refere ao fato de os(as) estudantes das escolas públicas, principalmente das periferias, sofram com as desigualdades escolares e tenham dificultado o seu processo de ingresso no ensino superior, devido a diferenças espaciais e econômicas. Muitas vezes, a própria família acaba por reforçar essa crença. O presente trabalho objetivou contribuir para a formação de um(a) psicólogo(a) escolar capaz de identificar os sonhos, desejos e medos em jovens do Ensino Médio de uma escola pública da rede estadual de Ubá/MG, visando auxiliar esses(as) jovens a resgatar sua autoestima e a diminuir a ansiedade e a angústia diante da escolha profissional. Foram utilizadas nesse trabalho algumas metodologias ativas, tais como produção de texto, desenhos, apresentações orais, vídeos e músicas pelos(as) próprios(as) jovens, bem como dinâmicas de grupo e rodas de conversa junto a três turmas do 1º, 2º e 3º anos do Ensino Médio, separadamente. Os(as) jovens puderam desenvolver um autoconhecimento, debater suas crenças e visualizar as oportunidades do mercado de trabalho. Como resultado desse projeto, podemos afirmar que houve melhora na autoestima desses(as) jovens e que a busca por um sentido de vida foi instilada neles(as). Outro êxito alcançado foi o fato dos(as) alunos/as do 3º ano terem vislumbrado a possibilidade de cursar uma graduação. Vários(as) alunos/as se inscreveram em vestibulares e todos(as) eles(as) prestaram o ENEM (Exame Nacional do Ensino Médio). A própria instituição de formação a que pertencemos teve, ao fim do projeto, 8 (oito) inscritos em cursos de graduação. Ao atuar fora de um modelo clínico, baseamo-nos em propostas de intervenção específicas e notamos que o(a) psicólogo(a) pode sim agir como um(a) facilitador(a) das relações sociais e afetivas, a partir do diálogo sobre temas relacionados às juventudes das periferias brasileiras e conseguir resultados bastante satisfatórios.

Palavras-chave: Orientação Profissional. Psicologia. Juventudes. Ensino Superior.

2. Introdução

A realização do estágio supervisionado em Psicologia Escolar durante a graduação em Psicologia apresentou-nos uma grande oportunidade formativa, pois, através dele, foi possível produzir conexões significativas entre as teorias estudadas e a prática profissional do(a) psicólogo(a) na escola, além da construção de reflexões importantes ao contactar com a realidade dos jovens e suas expectativas pessoais e profissionais. O presente trabalho é resultado de uma experiência de estágio supervisionado em Psicologia Escolar, realizado com grupos de 10 e 15 estudantes do Ensino Médio, de uma escola pública localizada na cidade de Ubá/MG, a partir de uma demanda da diretora da escola, de que os(as) jovens vislumbrassem outras oportunidades de vida e a realização de um curso superior. Ao propor trabalhos dessa natureza, o(a) psicólogo(a) constrói estratégias possíveis de ação e trilha junto com eles(as)

¹ Profissional da Psicologia e egressa do UNIFAGOC.

² Profissional da Psicologia e egressa do UNIFAGOC.

³ Professora do Curso de Psicologia/UNIFAGOC - orientadora

os seus caminhos, vencendo obstáculos e produzindo sentido de vida lado a lado com os processos de ensino e aprendizagem (SANTOS; GONSALVES, 2016).

3. Objetivos

Trabalhar a percepção e o interesse dos alunos(as) pela sequência da vida escolar e suas questões subjetivas ou psicológicas.

Propor atividades motivadoras, incitando o interesse dos alunos(as) pela sequência na vida escolar, ajudando-os(as) a perceber as oportunidades de estudo e trabalho e das questões subjetivas ou psicológicas, contribuindo para a melhora da autoestima, reconstrução das identidades pessoais e construção do sentido de vida.

4. Descrição da Experiência

O primeiro movimento nas intervenções realizadas originou-se da necessidade percebida nos(as) jovens de serem valorizados(as) como eles(as) são. Muitos(as) tinham, no começo do trabalho, uma imagem negativa de si mesmos(as). Considerando que a autoestima de cada indivíduo é constituída de acordo com o sentimento de valor que acompanham esses(as) jovens, pudemos colocar em prática tanto reflexões sobre a formação cognitiva quanto afetiva deles(as) (MOYSES, 2001). Enquanto uma disposição que o indivíduo apresenta como sendo alguém merecedor ou não de respeito e apreço, a autoestima interfere diretamente no enfrentamento às situações desafiadoras da vida, podendo favorecer ou não o desenvolvimento de certas habilidades, bem como a potencialização ou despotencialização dos talentos que possuímos (MOYSÉS, 2001). A primeira atividade realizada com os(as) jovens foi a distribuição de algumas fichas com questões a serem respondidas por eles(as): “Quem sou eu?”; “Escreva quatro características positivas sobre você”; “Como eu gostaria de ser visto(a) neste grupo?”; “O que espero para o meu futuro?”. Percebemos nesta atividade um elevado número de jovens sem perspectiva de continuidade dos estudos, baixa autoestima e com uma crença de desvalor muito aumentada. Em outro momento solicitamos que cada um(a) retirasse um número de uma caixa que os(as) apresentamos e pedimos que eles(as) não revelassem aos(às) colegas qual o número recebido. Depois, os(as) instruímos a encontrar um(a) colega que havia recebido o mesmo número que o seu. Quando constataram que não havia números iguais, entramos na discussão da “identidade única”, do valor próprio e importância do respeito às diferenças nas relações. Trabalhamos as emoções, usando como exemplo o filme “Divertidamente”. Levamos variadas cores de massa de “biscuit” e sugerimos que cada um(a) escolhesse uma emoção, preferencialmente aquela que o(a)

retratasse naquele dia e produzissem chaveiros que, ao final da atividade, ficariam para eles(as). A dinâmica “Escala de porcentagem da autoestima” também foi muito importante. Distribuímos uma folha que continha um círculo e eles(as) deveriam preenchê-lo de acordo com o percentual que correspondia à sua autoestima naquele dia (0 a 100%), em seguida, que citassem duas situações que os(as) deixavam com a autoestima rebaixada e o que eles(as) sentiam naquela situação, também que avaliassem, dando notas para as partes do seu corpo (cabelo, braços, pernas), de acordo com o percentual do item 1. Alguns disseram não gostar de nada em si mesmos(as); outros(as) disseram que partes do seu corpo o incomodava, como por exemplo: o cabelo, a estatura, etc. Distribuímos massa de “biscuit” e pedimos que confeccionassem um(a) boneco(a) que os(as) representassem. Depois de prontos(as), usamos um boneco nosso como modelo e pedimos que arrancassem dos(as) seus(suas) bonecos(as) as partes que não lhes agradavam. Trabalhamos a importância da aceitação do nosso eu. Buscamos, auxiliá-los(as) nesse processo de descoberta das suas potencialidades e no entendimento da realidade histórica e social que vivenciavam, mostrando que a educação é uma condição importante para a transformação de nossas vidas (MOYSÉS, 2001).

Um segundo movimento foi o de contribuir para a redução das preocupações ou inseguranças em relação ao futuro e à vida profissional, através de atividades que buscaram reduzir a ansiedade desses(as) jovens. A escolha do caminho profissional a seguir é fonte de preocupação comum em jovens do Ensino Médio (VALORE, 2008). Compreendendo que a ansiedade é um fator que interfere nessa decisão (HUTZ; BARDAGIR, 2006), ela está articulada à possível diminuição do desejo de investimento em si mesmo(a), conforme a imagem que os(as) jovens têm de si próprios. Os(as) alunos(as) foram convidados(as) a irem para a quadra esportiva da escola onde realizamos a “Dinâmica do desafio”. Eles formaram um círculo, e esclarecemos que iria tocar uma música enquanto passavam a caixa de presente de mão em mão, até que a música fosse parada. Foram alertados(as) da existência de, além do presente, um desafio no interior da caixa, que deveria ser cumprido por quem estivesse com a caixa quando a música parasse. O aluno poderia escolher entre passar a caixa de presente para o(a) próximo(a) ou abri-la e cumprir o desafio, ficando com o presente. Esse procedimento foi feito cinco vezes seguidas, até que um(a) jovem do grupo aceitou o desafio e ao abrir caixa percebeu que não havia desafio. Assim, compreenderam como o medo e a ansiedade podem ser impeditivos nas nossas decisões e nos induzir a perder valiosas oportunidades. Apresentaremos a seguir algumas falas dos(as) jovens após o término da dinâmica citada:

“Ah, se eu soubesse que não tinha desafio nenhum pra fazer dentro daquela caixa, eu tinha ficado com ela. Ela parou duas vezes nas minhas mãos e eu a passei pra frente”.

“Eu fiquei com medo que tivesse dentro da caixa algum desafio que eu tivesse de ir lá na frente para fazer, aí seria a maior ‘pagação de mico’”.

De acordo com Batista e Oliveira (2005), a ansiedade é um termo que descreve uma debilidade, um conflito entre a pessoa e o ambiente ameaçador, podendo haver manifestações de ordem fisiológica e/ou cognitiva.

Um terceiro movimento veio da necessidade de ajudar os(as) jovens na busca pela construção do sentido de vida. O trabalho proposto foi no sentido de esclarecer aos(as) estudantes o quão valioso e importante é o enfrentamento dos desafios rumo aos nossos objetivos (CARTWRIGHT, 1966). Apresentamos a música do Lulu Santos, “Tempos Modernos”, para uma análise conjunta com eles(as). Após a escuta foram abordados temas importantes como: acreditar e realizar ações para se obter um mundo melhor; aproveitar cada momento da vida com responsabilidade; saber dizer mais “sim”, “eu posso”, “eu consigo”; entender que devemos fazer escolhas, desde que cientes das consequências. Trabalhamos algumas competências com a sigla CHA (Conhecimentos, Habilidades e Atitudes). Em seguida, apresentamos o “Baralho das profissões” e falamos sobre a profissão e as competências exigidas naquela por ela. Levamos os alunos para uma visita in loco no UNIFAGOC para conhecer a instituição e participar da mostra de cursos. A última atividade proposta foi o recebimento de cartões postais que foram enviados da Alemanha pela cunhada de uma das estagiárias que reside lá há 20 anos, estes visavam dar esperança aos(às) jovens em relação ao futuro. Cativada pelo projeto, enviou alguns cartões postais aos(às) jovens fazendo um breve relato da sua história, como motivação para que eles(as) não desistissem dos seus sonhos e da escola. Sugerimos, então, que cada aluno(a) escrevesse também um cartão-postal em forma de agradecimento a ela e que também contassem à destinatária os seus sonhos e projetos de vida.

5. Resultados e/ou impactos

Percebemos com este trabalho que, através do entendimento dos seus potenciais, esses(as) jovens puderam transformar as suas angústias em inquietações e, criar uma busca ativa por outras possibilidades. Tal situação se evidenciou quando todos os grupos se mantiveram até o final do projeto e o número de alunos(as) que fizeram a prova do ENEM foi o maior da escola nos últimos anos, em comparação com os anos anteriores, sendo que 8 deles(as) ingressaram na mesma faculdade onde estudamos/trabalhamos, o Unifagoc. Pensamos, ainda, ter contribuído para o amadurecimento deles(as) enquanto sujeitos que estejam preparados para os desafios do convívio social.

6. Considerações finais

Buscamos neste trabalho abordar não apenas as várias profissões existentes, mas também o autoconhecimento, a autoestima e a construção do sentido de vida, inspirando-lhes a sonhar e a acreditar em si mesmos(as). Trabalhamos também no sentido de motivá-los(as) a ingressar em um curso superior, situação esta não vislumbrada antes pelos(as) jovens que participaram do projeto. Nas palavras da diretora da escola onde o trabalho foi realizado, *“o projeto realizado pelas estagiárias do curso de Psicologia do Centro Universitário Governador Ozanam Coelho (UNIFAGOC) foi, sem dúvida, uma ação diferencial no sentido de tornar pequena a distância entre a escola básica e a faculdade. Todos(as) os(as) jovens, de alguma forma, foram alcançados(as) e instigados(as) a pensar nas capacidades e talentos que possuíam e em como utilizá-los para benefício próprio através de uma profissão”*.

7. Referências Bibliográficas

- BATISTA, M. A.; OLIVEIRA, S. M. da S. S. **Sintomas de ansiedade mais comuns em adolescentes**: Pouso Alegre, MG: Vetor Editora, 2005.
- CARTWRIGHT, D. **Como mudar as pessoas**: algumas aplicações da teoria de dinâmica de grupo. Revista de Administração de Empresas, v. 6, n.20, p. 129–147, 1996.
- HUTZ, C. S.; BARDAGIR, M. P. **Indecisão profissional, ansiedade e depressão na adolescência**: a influência dos estilos parentais. **Psico-USF**, v. 11, n. 1, p. 65-73, 2006.
- MATOS, D.C. **Felicidade e sentido de vida na sociedade do consumo**. Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial, v. 1, n. 1, p.72-78, 2012.
- MAYER, C. **O poder de transformação dinâmicas de grupo**. São Paulo: Papyrus, 2012.
- MOYSÉS, L. **A autoestima se constrói passo a passo**. 8.ed.Campinas, SP: Papyrus, 2001.
- OLIVEIRA, C. B. E; ARAÚJO, C. M. M. **Psicologia escolar**: cenários atuais, 2009. Disponível em: <http://www.revispsi.uerj.br/v9n3/artigos/html/v9n3a07.html>. Acesso em: 16 jul. 2020.
- SANTOS, G. V.; GONSALVES, C. M. **Psicologia Escolar**: importância do psicólogo na escola, 2016. Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1045.pdf>. Acesso em: 27 mai. 2020.
- VALORE, L. A. **A problemática da escolha profissional**: a possibilidades e compromissos da ação psicológica. In: SILVEIRA, AF., et al. (Org.). **Cidadania e participação social**. Rio de Janeiro: Centro Edelstein de Pesquisas Sociais, 2008.