

Entre Sonhos e Escolhas: Um Caderno Interativo para Guiar Jovens no Mundo Profissional

Autor(a)(es): Beatriz Helena Bittencourt Fontes, Giovana Rangel Vieira e Yasmin Palhares de Almeida
Orientador(a): Ana Carolina da Silva Antunes Carvalho



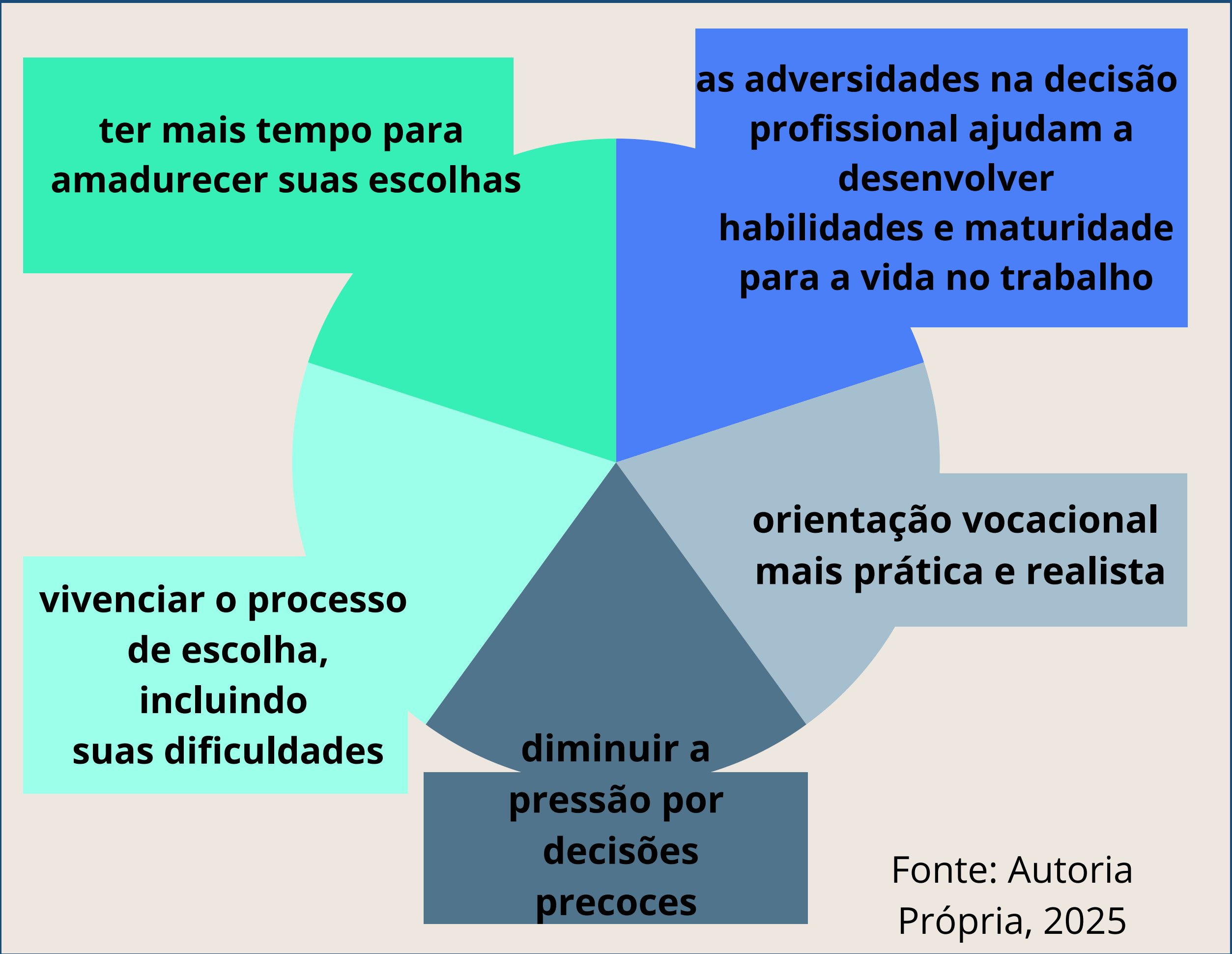
Introdução

A **escolha profissional na adolescência**, sobretudo no Ensino Médio, é um processo complexo marcado por dúvidas, inseguranças e pressões externas, agravado pela ausência de autoconhecimento, de informações sobre o mercado de trabalho e de práticas pedagógicas reflexivas (Freitas; Silva, 2020). Embora a BNCC (2018) inclua o componente “Projeto de Vida” para apoiar decisões conscientes, ainda há carência de instrumentos eficazes nas escolas. Portanto, a pesquisa propõe um **caderno interativo** como instrumento pedagógico que estimula o protagonismo juvenil e apoia a definição de um projeto de vida alinhado à personalidade do estudante.

Objetivos

Essa pesquisa tem como **Objetivo Geral**: Investigar como um caderno interativo pode apoiar estudantes do Ensino Médio na escolha profissional. e para alcançat tal, foram definidos os seguintes **Objetivos Específicos**:

- 1.**Analisar** os principais desafios enfrentados por adolescentes na escolha da carreira e o papel do autoconhecimento nesse processo;
- 2.**Desenvolver** e aplicar um caderno interativo com atividades reflexivas e informativas;
- 3.**Avaliar** a contribuição do material para escolhas mais conscientes e alinhadas à identidade dos alunos.



Resultados

Tabela 1 – Respostas Objetivas do Questionário de Impacto

Nº	Afirmativa	1	2	3	4	5
1	Sinto que tenho mais clareza sobre minhas opções de carreira.	1	3	2	22	3
2	Estou mais confiante e seguro(a) em relação ao meu futuro profissional.	2	3	10	12	4
3	Estou mais motivado(a) a pesquisar e refletir sobre a escolha profissional.	0	2	5	10	14
4	O caderno foi útil para pensar sobre mim e sobre minha trajetória.	1	1	4	6	18
5	As informações apresentadas no caderno foram claras e relevantes.	1	1	1	13	15
6	As atividades propostas me ajudaram a refletir com mais profundidade.	0	0	7	10	14

Fonte: Aatoria Própria, 2025

Pergunta: Após usar o caderno, o que mudou na forma como você pensa sobre a sua escolha profissional?

Tabela 2 – Respostas Dissertativas do Questionário de Avaliação de Impacto

É como se uma visão sobre a vida profissional estivesse mais perto do que nunca, o livro ajuda a entender com mais clareza sobre isso.
Percebi que tenho que escolher algo que se encaixe com meus gostos, talentos e dia a dia.
Me ajudou a compreender melhor os desafios da profissão escolhida por mim.
Percebi que existem muitas outras ótimas profissões no mercado de trabalho além das tradicionais.

Fonte: Aatoria Própria, 2025

Pergunta: Como você se sente ao pensar no seu futuro profissional?

Tabela 3– Respostas Objetivas da Entrevista

Pergunta	Opção de Resposta	Número de Respostas
Como você se sente ao pensar no seu futuro profissional?	Ansioso(a)	4
Como você se sente ao pensar no seu futuro profissional?	Inseguro(a)	4
Como você se sente ao pensar no seu futuro profissional?	Empolgado(a)	2
Como você se sente ao pensar no seu futuro profissional?	Esperançoso(a)	1

Fonte: Aatoria Própria, 2025

Metodologia

1.Pesquisa de natureza aplicada, com caráter exploratório e abordagem qualiquantitativa;

2.Fundamentação teórica baseada na análise de artigos científicos relacionados à temática;

3.Amostra composta por adolescentes do Ensino Médio;

4.Utilização de questionários de avaliação de impacto e entrevistas como instrumentos de coleta de dados;

5.Desenvolvimento de um Caderno Interativo, elaborado pelas autoras do projeto com o objetivo de auxiliar jovens no processo de reflexão e escolha profissional. O material foi estruturado em cinco blocos temáticos, organizados para orientar gradualmente os participantes na identificação de interesses, habilidades e possibilidades de carreira. Os blocos são:

1. **Bloco 1: Talentos**

2. **Bloco2: Valores**

3. **Bloco 3: Sonhos que moldam o futuro**

4. **Bloco 4: Profissões**

5. **Bloco 5: testes, vídeos e leituras para escolhas profissional**

Apresentado por Ana Carolina, Beatriz, Giovana, Maria Luisa e Yasmin.

Conclusão

Nesta pesquisa foi possível concluir que a escolha da carreira requer reflexão, permitindo trajetórias alinhadas a valores e potencialidades dos adolescentes. Por fim, pode-se observar que os jovens participaram do projeto ativamente, ampliando o autoconhecimento e integrando aspectos emocionais, cognitivos e comportamentais.

Referências Bibliográficas

•HIRSCHI, A.; LÄGE, D. Career choice readiness in adolescence: Developmental Otrajectories and associations with identity formation. Journal of Vocational Behavior, v. 120, 103442, 2020

•SOARES, V.; SOUZA, P. Orientação profissional e construção da identidade ocupacional. Pesquisa em Educação, v. 21, n. 3, p. 201-220, 2021