

Como devem proceder os pais ?

- Conversar com o adolescente;
- Respeitar a sua intimidade;
- Considerar os seus comentários de forma séria;
- Mostrar interesse e preocupação pelas suas dúvidas e decisões;
- Ressaltar as características de personalidade positivas;
- Fornecer os recursos necessários no sentido de ultrapassar as dificuldades, quer em relação a características de personalidade como na resolução concreta de situações;
- Fornecer a sua real disponibilidade no sentido de ajudar a resolver conflitos/indecisões em conjunto;
- Demonstrar confiança no adolescente;
- No sentido de adquirir novos conhecimentos na área das diversas actividades profissionais , por vezes, surgem pedidos do adolescente pouco adequados e que apenas pretendem protelar a decisão final. Não esquecer de lembrar limites firmes e explícitos, previamente acordados em conjunto com o adolescente.

A promoção de capacidade de tomar decisões inclui ainda:

- Proporcionar informação ao adolescente;
- Ajudar na procura de nova informação;
- Utilizar situações concretas e exemplos de resolução de problemas interessantes que reflectam casos bem sucedidos/erros e tenham relevância nas suas vidas;
- Fomentar o seu pensamento crítico;

- Ajudar a reconhecer os seus próprios erros;
- Mostrar que todas as suas decisões têm implicações na sua vida futura;

De salientar que os adolescentes referem que palestras/discussões abertas sobre as diversas saídas profissionais, realizados na escola / institutos / universidades ajudam na tomada de decisão .

De que forma o Apoio Psicologico, Testes de Orientação Vocacional ou Escolha Profissional podem ser uma ajuda?

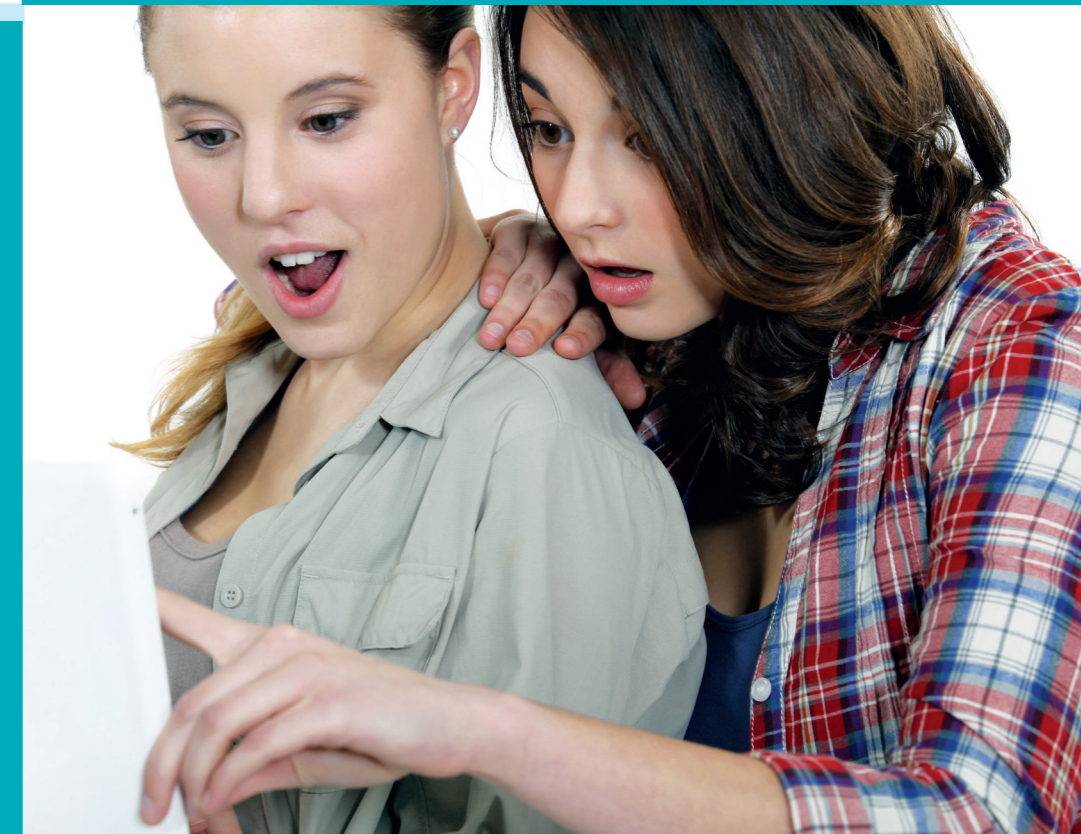
Nalguns casos, apesar do apoio referido, mantém-se a dificuldade de tomar uma decisão. Esta dificuldade pode ser resultado de diversos factores: pessoais, familiares ou de experiências vividas anteriormente, de aspectos socio-económicos, entre outros.

O apoio da Consulta de Psicologia será sempre útil no sentido de contribuir para que adquira a competência de tomar decisões de forma consciente analisando as suas próprias aptidões, interesses, atitudes/valores, características de personalidade, entre outros parâmetros.

A família poderá necessitar de uma orientação, sempre que o seu papel facilitador não funciona como tal.

Tomar decisões também significa assumir riscos e estes constituem passos importantes do desenvolvimento do adolescente.

O Adolescente deverá ir adquirindo essa competência de forma gradual, se possível com o apoio dos que o rodeiam, celebrando as vitórias e procurando corrigir os erros de situações menos favorecedoras, aprendendo com todas as situações com que se depara.



Adolescência



Orientação profissional – Um contributo para os pais

A **escolha da orientação profissional** ocorre habitualmente na adolescência, etapa da vida em que a identidade pessoal se encontra em fase de estruturação. Em simultâneo, verificam-se mudanças físicas, cognitivas e comportamentais assim como com o mundo que os rodeia. O Adolescente passa, nesta idade, por períodos de conflitos interiores e exteriores.

Esta fase corresponde a um período de aquisição de autonomia, de aceitação da sua imagem corporal e consciência do seu papel social. O adolescente já possui, em regra, capacidade analisar e discutir assuntos concretos e conceitos abstratos.

Definir a **orientação profissional** é, para alguns, a primeira escolha com impacto no seu futuro.

Considerando que várias decisões relacionadas com a vida profissional terão de ser tomadas ao longo da vida, não se trata de uma situação exclusiva do adolescente mas, a dificuldade nesta fase está associada ao facto de ser particularmente difícil assumir escolhas.

“Quando quem decide é um adolescente, a escolha gera mais conflito, em função não apenas da dificuldade própria desta fase, mas pelas sérias implicações que a decisão presente pode gerar no futuro”

Porque se torna difícil a escolha de orientação profissional?

De acordo com diversos estudos em adolescentes, os autores referem que as

dificuldades estariam relacionadas com o facto desta decisão implicar definir:

- Realização/não realização profissional
- Escolha do Estilo de vida
- Exclusão de outra(s) escolhas
- Permitir/não permitir autonomia financeira

Para alguns autores, entrar no mundo dos adultos – desejado e temido – significa, para o adolescente, a perda definitiva da sua condição de criança... e constitui a etapa decisiva de um processo de desprendimento que começou com o nascimento. Neste período flutua entre uma dependência e uma independência extrema e, só a maturidade lhe permitirá, mais tarde aceitar ser independente.

De salientar que a capacidade de tomar decisões não é uma competência com que se nasce mas adquire-se ao longo do processo de maturação do Homem. Requer que o indivíduo tenha adquirido capacidade de autonomia e capacidade de decidir por si próprio.

Por outro lado, inicia-se o momento de “mergulhar dentro de si” e identificar as suas habilidades, as suas incapacidades, os seus valores, as suas metas, algo que nem sempre está apto a fazer.

Quais são os factores que o contribuem para a decisão?

Para alguns autores referem, para que se faça uma escolha saudável e responsável será necessário ter em consideração:



Factores inerentes a si próprio, como por exemplo:

- Conhecer a sua personalidade;
- Avaliar a capacidade de interagir com o que o rodeia;
- Pretender/não pretender ter sensação de se sentir útil a si próprio/aos outros.

As experiências anteriores facilitadoras de auto-conhecimento, tornando mais

evidente aspectos positivos e negativos de identidade pessoal e interação social, contribuem para decisões mais conscientes

A sua história de vida pessoal - o que viveram, o que vivem – são fortes factores facilitadores de escolha adequada, o que vem tornar evidente que o ambiente influencia o indivíduo e vice-versa.

Factores inerentes à profissão a seleccionar, como por exemplo:

- Contacto com o público/ausência de contacto com o público;
- Trabalho de grupo/individual;
- Aplicação prática/contributo teórico
- Presença/ausência de componente tecnológico;
- Empregabilidade imediata e autonomia financeira.

De uma forma aglobal, são bem-vindos os contributos das pessoas que conhecem o adolescente como:

- família;
- grupo de amigos/pares;
- escola;
- assim como relatos de experiências profissionais concretas de outros indivíduos, geralmente próximos do adolescente.

Se a família conseguir identificar a presença ou ausência de aptidões, as preferências/escolhas, os interesses, a capacidade de autonomia, a criatividade, a capacidade de construção de um projecto, o sentido de responsabilidade, a capacidade de liderança, a capacidade de integração social e tantas outras características de personalidade, poderá ajudar o

Adolescente na sua tomada de decisão. De acordo com a escolha da actividade profissional esta parecerá adequada ou não adequada.

Tanto os pais, tutores, irmãos e restantes familiares assim como os professores e amigos podem ter um papel facilitador.

A escola, é o local de excelência para a construção de projectos profissionais da infância e da adolescência. Pode ser um espaço de promoção de auto-estima e ligação à realidade do mundo que o rodeia. Analisar os resultados alcançados nas diversas áreas assim como absorver a informação dos professores poderá ajudar a tomar uma decisão.

