MANUAL DE ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: ferramenta estratégica para transição de carreira

Diogo Soares Menezes Samia[1]
Lorena Fleury de Moura[2]
Regina Beatriz Stefan[3]

RESUMO

A orientação profissional é um processo estratégico que auxilia o indivíduo a alinhar suas competências pessoais às oportunidades e demandas do mercado de trabalho. O objetivo deste trabalho foi desenvolver um Manual de Orientação Profissional, elaborado como ferramenta estratégica para processos de escolha ou transição de carreira. O manual foi estruturado em três eixos fundamentais: 1. Autoconhecimento, que explora competências intrínsecas e valores inegociáveis; 2. Exploração de Mercado, focado na investigação da realidade rotineira e viabilidade econômica da nova ocupação; 3. Tomada de Decisão, que estabelece o planejamento financeiro e os micro-passos para a ação imediata. O manual foi aplicado de forma presencial com o cliente J., um profissional de educação física em transição para a área da psicologia. Os resultados demonstraram a aplicabilidade da ferramenta em converter angústias subjetivas de J. em metas objetivas. Por meio do manual, foi possível a identificação de competências transferíveis de J., tal como a escuta empática, essencial para a atuação clínica em psicologia. Conclui-se que o manual cumpre sua função extensionista ao oferecer um suporte técnico que mitiga o otimismo ingênuo, priorizando o rigor no planejamento financeiro e a clareza quanto ao investimento de tempo necessário para a concretização da transição profissional. Embora reconheça barreiras psicológicas e a volatilidade do mercado, a aplicação do manual de orientação profissional reafirmou a importância da orientação profissional como mecanismo de promoção de saúde mental e autorrealização, fornecendo um arcabouço sólido para que o sujeito assuma o protagonismo de sua trajetória com segurança e responsabilidade.

Palavras-chave: Autoconhecimento; Manual de orientação; Planejamento de carreira; Psicologia; Transição profissional.

[1] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[2] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás -PUC GO (2018)
[3] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.