

ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL EM CURSINHO PRÉ-VESTIBULAR

QUILOMBOLA: relato de experiência

NÁDIA DE SOUZA CARVALHO

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

GABRIELA CANGUSSU DE SOUZA MORAES

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

CARMEM VIRGÍNIA MORAES DA SILVA

Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)

Resumo:

O presente relato de experiência aborda uma prática de Orientação Profissional realizada em um cursinho Pré-Vestibular Quilombola, na cidade de Vitória da Conquista-BA. Participaram da intervenção cerca de 15 pessoas, pertencentes às comunidades quilombolas e/ou de grupos étnico-raciais de negros ou pardos, baixa renda, na faixa etária de 17 a 44 anos, sendo a maioria do gênero feminino e trabalhadoras. A metodologia aplicada envolveu dinâmicas de grupo, com uso de materiais impressos, além de exposição de informações e discussões em grupo, processo vivenciado em seis encontros. Entende-se que a prática de Orientação Profissional foi um diferencial para os pré-vestibulandos. Apesar das dificuldades e limitações encontradas, buscou-se integrar os eixos de informação, autoconhecimento e escolhas baseando-se nos interesses dos participantes a fim de potencializar o leque de possibilidades destes, ainda que em um contexto sócio-cultural e econômico com privações. Aprecia-se que a Orientação Profissional esteja inserida em espaços que visem a dinamização de oportunidades para as classes populares e que seja uma ação mediadora para os que dela participarem.

5833

Palavras-chave: Orientação Profissional. Pré-vestibular Quilombola. Psicologia.

Abstract:

The present experiential account delves into a Professional Orientation practice conducted in a Pre-Vestibular Quilombola preparatory course, in the city of Vitória da Conquista-BA. Approximately 15 individuals participated in the intervention, hailing from quilombola communities and/or ethnic-racial groups of Black or Brown individuals, with low income, aged between 17 to 44 years old, with the majority being female and workers. The applied methodology involved group dynamics, utilizing printed materials, alongside information exposition and group discussions, a process experienced over six sessions. It is understood that the Professional Orientation practice was a distinguishing factor for the pre-vestibular students. Despite the encountered difficulties and limitations, efforts were made to integrate the axes of information, self-awareness, and choices based on the participants' interests to augment their array of possibilities, even within a socio-cultural and economic context marked by deprivations. It is valued that Professional Orientation is embedded in spaces aimed at energizing opportunities for the working classes and serves as a mediating action for those who engage in it.

Keywords: Professional Orientation. Quilombola pre-university exam. Psychology.

Introdução

O presente trabalho relata uma prática de Orientação Profissional realizada em um cursinho Pré-Vestibular Quilombola. A atividade foi desenvolvida durante o componente

curricular Estágio Supervisionado Específico V, ofertado na formação complementar em licenciatura em Psicologia na Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Campus de Vitória da Conquista (BA). O componente tem como objetivo desenvolver projetos em instituições educacionais, considerando a interface Psicologia/Educação integrada com a realidade histórica, social e cultural, em uma perspectiva preventiva e interdisciplinar. Desse modo, buscamos desenvolver o autoconhecimento, informar e promover reflexões nos discentes acerca de temas que circundam a vida dos pré-vestibulandos e do campo universitário.

A Orientação Profissional estuda a relação dos indivíduos com o mundo do trabalho, partindo da visão de que o trabalho é essencial à vida humana e que o sujeito é transformado e transforma a sociedade por meio da atividade que realiza (Lessa; Facci, 2008). Dessa forma, a Orientação Profissional estimula o jovem a se implicar na construção do seu futuro, promove o autoconhecimento, a compreensão da história de vida, conscientiza sobre o que esse vivencia no momento presente e sobre as oportunidades e exigências do mercado de trabalho atual (Mandelli; Soares; Lisboa, 2011). Ao refletir sobre esses assuntos, o jovem começa a planejar o seu projeto de vida pessoal e profissional, uma vez que tem a oportunidade de pensar criticamente sobre os seus sonhos, desejos e ideias, em consonância com a sua realidade e momento histórico (Mandelli; Soares; Lisboa, 2011).

Entretanto, o acesso à prática de Orientação Profissional, por todos os públicos, ainda é recente, uma vez que essa estava restrita ao ensino privado e a jovens de maior poder aquisitivo (Valore; Cavallet, 2012), já que enquanto os jovens de classes mais favorecidas economicamente se preparam para um curso universitário, após a conclusão do ensino médio, os jovens de classes menos favorecidas preparam-se para a inserção no mercado de trabalho, mesmo que de maneira informal (Mandelli; Soares; Lisboa, 2011). No entanto, a ampliação de políticas afirmativas de acesso e permanência ao/no ensino superior e o crescente debate a respeito do compromisso social e político da Psicologia na superação da exclusão social tem possibilitado que os jovens pertencentes a grupos historicamente segregados visualizem outras alternativas profissionais e mudem essa realidade (Valore; Cavallet, 2012).

Ressaltamos, ainda, que as modificações sociais, o aumento da expectativa de vida no Brasil e um mercado de trabalho que exige cada vez mais especialização, fez com que muitos jovens adultos e adultos voltassem às salas de aula para dar continuidade ou concluir os estudos e, ocupassem também as universidades. Acerca disso, Klusener (2011) afirma que, para muitos adultos, a aprendizagem formal é uma maneira de desenvolver seu potencial cognitivo, expandir as suas habilidades e acompanhar as mudanças do mundo do trabalho.

Nessa perspectiva, o curso pré-vestibular quilombola onde foi realizada a prática descrita, no qual os professores dão aula voluntariamente, funciona de forma gratuita há aproximadamente vinte anos, no espaço de uma escola municipal cedido pela prefeitura e no período noturno. Além disso, conta com a parceria de profissionais e com materiais didáticos doados por outras instituições e pela comunidade.

Comunidades quilombolas são comunidades étnicas, símbolos da resistência aos regimes escravocratas e às ideologias racistas que marcam a história do Brasil (Passos, 2013). Os quilombolas são sujeitos de direitos constitucionais, os quais buscam preservar a sua identidade e patrimônios materiais e imateriais compartilhando saberes com os pares (Passos, 2013). Nesse sentido, as cotas étnicorraciais indicam a urgência de se promover a igualdade racial no Brasil e, com o “ingresso de quilombolas na universidade, o conhecimento quilombola, articulado com o conhecimento acadêmico, adquire um potencial de transformar a partir de dentro, no diálogo e no retorno às comunidades” (Nunes *apud* Passos, 2013, p.10).

Desse modo, verificamos a importância da inserção da Orientação Profissional nesse contexto, uma vez que a partir dela é possível que os participantes se informem sobre as possibilidades dentro da universidade e planejem a sua trajetória nos espaços universitários.

5835

Materiais e Métodos

O público participante dessa prática de Orientação Profissional foi composto de pessoas as quais fazem parte de comunidades quilombolas e/ou de grupos étnico-raciais de negros ou pardos, baixa renda, na faixa etária de 17 a 44 anos e maioria de gênero feminino e trabalhadoras. Foram planejados e realizados 1 encontro de apresentação e 6 encontros com intervenções, que ocorreram no período entre 21 de setembro a 19 de outubro de 2023. Os encontros tinham duração de 1 hora e foram feitos em dias variados da semana, conforme a disponibilidade que a coordenação do cursinho sinalizava.

O desenvolvimento do trabalho se apoiou no uso de dinâmicas de grupo, materiais impressos, exposição de informações e discussões em grupo. Inicialmente, a proposta da intervenção de Orientação Profissional foi acordada entre a coordenação do cursinho, a docente do estágio e as estagiárias.

O cursinho contava com a frequência de 20 alunos, mas a média de presentes nos dias de prática foi de 15 pessoas. Todos os discentes firmaram acordo de participação na intervenção, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). O

espaço de realização das atividades foi a sala de aula da escola municipal em que o cursinho era ofertado.

O cronograma de atividade aconteceu da seguinte forma: no dia 21 de outubro foi realizado um encontro de apresentação das estagiárias e da proposta de intervenção para os alunos. Inicialmente, foi realizado um período de observação da aula de física, com aprovação da professora. Em seguida, foi entregue um folheto informativo sobre o processo de Orientação Profissional e aplicado o questionário “Queremos te conhecer”, elaborado pelas estagiárias, para mapear interesses e dúvidas dos estudantes presentes.

Os encontros de intervenção foram planejados conforme os interesses dos estudantes, apresentados no questionário citado, e foram divididos conforme o Quadro 1, a seguir.

Quadro 1 – Resumo de atividades planejadas

Encontro	Tema	Atividades desenvolvidas	Recursos Utilizados
1º	Quem sou e para onde vou?	Dinâmica 1: Linha no Dedo; Atividade 2: Instrumento de Completar Sentenças	Barbante Instrumento impresso
2º	Qual a profissão ideal?	Caixa-surpresa com preposições e afirmações acerca do mundo do trabalho e profissões. Tempestade de ideias com profissões. Distribuição de Material informativo sobre os cursos das universidades da cidade e principais diferenças entre as modalidades de ensino.	Caixa – surpresa Material informativo
3º	Políticas Afirmativas e de Permanência na Universidade Pública	Explanação e dúvidas sobre a temática	Recursos Humanos
4º	Vivência na Universidade	Bate papo com convidados	Recursos Humanos
5º	Ansiedade e Estresse em época de ENEM e Vestibular: Como lidar?	Explanação sobre o tema e ensino de técnicas de organização e relaxamento para manejar a ansiedade e o estresse.	Slide e data show
6º	Como eu me enxergo? Como os outros me enxergam?	Dinâmica 1: Eu vou para a lua e vou levar? Dinâmica 2: Telefone sem fio com mímica. Dinâmica 3: Desenho sobre si mesmo	Recursos humanos Folha de ofício e lápis de cor

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os recursos mediadores utilizados na intervenção foram as dinâmicas e/ou técnicas de grupo que são práticas metodológicas que facilitam o processo de uma intervenção para acessar diversos aspectos de um coletivo, possibilitam a troca de conhecimentos, quebra de resistências que permitem o aparecimento de conteúdos latentes, além de estimular a criatividade e trabalho em equipe (Gattai, 2019). As dinâmicas ou técnicas de grupo permitem desenvolver tarefas com objetivos específicos predefinidos pelos facilitadores e integrar o alcance ao objetivo geral da intervenção (Gattai, 2019).

Foi utilizado um questionário semiestruturado para averiguar os interesses dos estudantes e conhecê-los melhor. O questionário é um instrumento que possibilita a coleta de dados conforme um conjunto de questões que oferecem respostas mais objetivas para a construção de pesquisas. Esse instrumento se destaca pela adaptabilidade ao objetivo de uma pesquisa, facilidade de aplicação, a qual pode ser realizada sem a presença do aplicador e permite explorar opiniões, crenças, coleta de dados demográficos, avaliar conhecimentos e outras potencialidades (Ramos *et al*, 2019).

O material de apoio foi elaborado pelas autoras com intuito de serem informativos de fácil compreensão. Uma parte do referido material usou como referência a Cartilha “O que vem depois do Ensino Médio” (Curcio; Leite, 2022). Ademais, análise das informações discutidas no presente trabalho tomam como teoria norteadora a Psicologia Histórico-Cultural, a qual considera que o ser humano é marcado pela cultura, sociedade e história e, por isso ao modificar a realidade é também transformado por ela (Luckow; Cordeiro, 2019). Nesse viés, levando em consideração as contradições da sociedade capitalista, predominantemente individualista, excludente e competitiva, a qual afasta o significado e o sentido do trabalho para a trabalhadora, buscamos provocar uma análise crítica sobre a escolha profissional (Luckow; Cordeiro, 2019; Leontiev, 1978/1983 *apud* Aita; Ricci; Tuleski, 2012).

Resultados e Discussão

Considerando o perfil dos estudantes, a ênfase do planejamento de Orientação Profissional foi o eixo de informação e reflexão sobre as escolhas. Esse posicionamento foi norteador pelo contexto do público-alvo e do questionário “Queremos te conhecer”, que apresentou o interesse dos alunos por áreas profissionais específicas, em sua maioria, e curiosidade sobre o funcionamento da rotina universitária, além das possibilidades do estudante universitário durante a graduação.

Segundo Mandelli, Soares e Lisboa (2011), Santos (2022), Souza *et al.* (2009) e Soares *et al.* (2007), a proposta de Orientação Profissional deve ser construída de maneira contextualizada com a realidade e interesses do público-alvo, ofertando-se uma prática que amplia as possibilidades de escolhas dos indivíduos alinhadas com seus objetivos, histórias de vida correlacionados com o tempo-espaço em que vivem. Após a realização do encontro de apresentação da intervenção de Orientação Profissional pelas estagiárias, a prática foi efetivada.

1º encontro: Foi realizada a dinâmica do barbante no dedo (Oceano Particular, 2016) para a apresentação das pessoas e as falas permearam em torno de identificações como nome, idade, objetivo de graduação e vínculo afetivo (PETs e filhos). Também foi aplicado o Instrumento de Completar Sentenças (Rey, 2011) com o propósito de explorar expectativas, anseios, medos e projetos envolvendo a interface futuro/escolha profissional. Em seguida, foi feita a discussão das respostas dos participantes, com mediação das estagiárias.

A partir das discussões das respostas do Instrumento de Completar Sentenças, os estudantes expressaram preocupação com independência e estabilidade financeiras, pois o ingresso no ensino superior implicava um planejamento de renda e incertezas sobre a permanência na universidade, já que a maioria dos pré-vestibulandos tinham vínculo empregatício do qual não poderiam abrir mão.

Estes pontos corroboram com os estudos de Valore e Cavallet (2012) e Mandelli, Soares e Lisboa (2011), os quais constatam que pessoas provenientes de classes populares têm a inserção no mercado de trabalho mais precocemente, pois a necessidade financeira é central para a sobrevivência das mesmas; logo, o investimento na continuidade dos estudos pode ser menos incentivado e/ou limitado para essa população. Além disso, conforme Soares *et al.* (2007), manter a rotina de trabalho paralelo com a preparação para o vestibular é cansativo e impõe dúvidas sobre a escolha de cursos que demandam dedicação integral ou em turnos que interferem na jornada de trabalho.

Sobre as motivações para tomar decisões, as respostas perpassaram pelo vínculo familiar, como núcleo de apoio e influência positiva para alcançar seus objetivos, bem como foram apresentados aspectos pessoais que implicavam determinação de si próprio como melhor referência para perseguir seus sonhos e planos para o futuro.

Também foram feitas pontuações sobre o sentido de mudança para os participantes, que culminaram em respostas bem diferenciadas: foi apontada a condição de mudança física como uma afetação negativa, o temor de perder o controle, a ansiedade com a incerteza, as oportunidades de se adaptar e readaptar e condições de recomeçar do zero. Ou seja, um conjunto

de sentimentos e pensamentos em relação ao futuro com seus respectivos projetos de vida relacionados com a constituição de sua identidade ocupacional; tais reações são esperadas, pois implicam fazer escolhas que sejam mais assertivas para consolidar o que está em projeção (Mandelli; Soares; Lisboa, 2011).

2º encontro: Foi dividido em dois momentos. No primeiro, com o uso da dinâmica da caixa surpresa com o sorteio de questões relacionadas à profissão ideal, foram discutidas temáticas em torno das escolhas profissionais, mudanças diante do ingresso na faculdade e o preparo para essas.

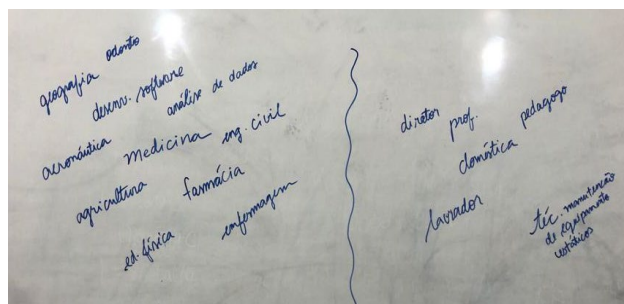
Os estudantes destacaram que as escolhas atuais de suas profissões eram direcionadas por seus interesses na função e afinidades com a área escolhida. Em questionamento sobre o retorno financeiro, pontuaram que esse era um fator importante, mas não seria o peso principal para definir o curso profissional que desejavam fazer. Esse dado se alinha com os estudos de Valore e Cavallet (2012, p.359) que indicam a “identificação pessoal com a área e da habilidade pessoal [...] como critérios norteadores de escolha”. Ademais, também destacam a autonomia e referência em si mesmo para fazer suas escolhas profissionais, ainda que haja dificuldades, limitações e história de vida relacionadas, para além de uma escolha imposta pelo contexto social deste público (Valore; Cavallet, 2012).

Em contrapartida, ao discutirmos profissões que admiravam e não fariam, contestaram com a ocupação de professor, em função da desvalorização financeira, carga de trabalho desempenhado e, muitas vezes, problemas emocionais em decorrência desses fatores. Isso remonta uma contradição, visto que as profissões escolhidas pesam o retorno financeiro associado com a qualidade de vida proporcionada, mesmo que para eles estes não fossem os elementos centrais. Apesar do reconhecimento social quanto à profissão de professor, não foi apresentada uma formulação crítica sobre as condições do sistema que não valoriza este trabalho com remuneração adequada e melhores condições de trabalho em contraste com a valorização do papel social do professor.

No segundo momento foi realizada a tempestade de ideias em profissões adaptada (Souza *et al.*, 2009) observada na Figura 1, em que primeiro é realizada a tempestade de ideias relacionadas a profissões associadas livremente e os participantes citaram profissões de ensino superior, tais como medicina, engenharia civil, geografia e outras, exceto pela profissão de agricultor no sentido de lavrador. Na segunda parte foi solicitado que dissessem as profissões de seus familiares, pais ou parentes próximos, e foram citadas profissões que advinham do

ensino superior, outras com ensino técnico, além de algumas provenientes da experiência geracional, como lavradores.

Figura 1 - Tempestade de ideias em profissões



Fonte: Acervo das autoras.

A partir da composição do quadro, foi discutido que a busca da sociedade por profissões mais especificadas e com nível maior de qualificação, especialmente com o advento da tecnologia e outras evoluções, foram diminuindo as necessidades de algumas funções profissionais. Também foi observado que, atualmente, o ensino médio completo é considerado uma exigência mínima de instrução para qualquer cargo no mercado de trabalho.

As ponderações feitas com a mediação das estagiárias, empregando também um material informativo produzido para este momento se alinham com a experiência de Souza *et al.* (2009), que produz reflexões sobre o cenário sócio-histórico demonstrando a valorização ou supervalorização social de algumas profissões e do nível de instrução da trabalhadora.

Observamos que algumas profissões citadas na primeira parte podem ser consideradas mais prestigiosas e com maior nível de qualificação e remuneração, enquanto na segunda parte os cargos dos familiares eram de profissões mais técnicas ou com menos exigência de instrução formal.

É válido ressaltar que as ocupações da primeira parte se aproximam mais das aspirações das escolhas dos participantes, logo, todas as escolhas envolviam a experiência de longo prazo do ensino superior. Tal consideração elicia as reflexões de Valore e Cavallet (2012, p. 358), as quais pontuam que

[...] embora a aspiração de cursar uma universidade represente um maior acesso à escolaridade, em comparação com a geração anterior, a visão do ensino superior como uma continuidade natural dos estudos e forma privilegiada de ingresso no mercado de trabalho pode favorecer a priorização da preparação para o vestibular em detrimento da construção de um projeto profissional [...].

Esta produção leva a inferir as possíveis motivações e influências pelas quais as escolhas deste público emergem, como a melhora das condições financeiras por cargos de remuneração

maior, pelo prestígio social e função social, somado ao desejo pessoal culminando em profissões mais valorizadas vinculadas ao ensino superior.

3º encontro: Foi trabalhado o tema “políticas de acesso e permanência na universidade”, para isso foi realizada uma dinâmica com sorteio de questões com respostas de múltipla escolha, em que as estagiárias auxiliavam com informações sobre políticas e programas existentes em universidades públicas, de acolhimento ao estudante. A primeira rodada condizia com políticas de acesso em que foi discutido sobre cotas e seus tipos. Esse assunto gerou menos interesse e engajamento dos alunos presentes.

A segunda rodada gerou mais interesse para os alunos, pois as questões citavam programas e políticas de permanência, como o Programa Mais Futuro, do Governo do Estado da Bahia, estágios extracurriculares e bolsas de incentivo ao estudo e pesquisa, como o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC) e Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID). Outras indagações também surgiram após o fim da intervenção, como dúvidas sobre modalidades de um curso e funcionamento dos estágios e disciplinas da grade curricular.

As dificuldades encontradas na intervenção deste encontro podem ser pensadas em parte, em função do método utilizado, pois este se assemelha com resolução de questões avaliativas de provas como o Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) e vestibular e pode ter provocado sensação de saturação para a proposta. No entanto, o assunto da segunda parte temática, por ser de maior interesse para o público, gerou mais atenção às questões, proporcionando expressão de curiosidade e dúvida dos participantes.

A temática de permanência estudantil é uma preocupação para os estudantes de classe populares que almejam o ensino superior. Apesar da dinamização das políticas de acesso à universidade, especialmente públicas, terem sido efetivadas durante os últimos anos a partir de um ritmo de lutas e mobilizações populares, as possibilidades de acesso ainda não se sustentam completamente (Passos, 2013). Além disso, as políticas de permanência também não se apresentam como suficientes e demonstram fragilidades diante da amplitude das vulnerabilidades vividas pelos estudantes de classes e populações menos favorecidas que tentam oportunidade via ensino superior.

As desigualdades não surgem somente no ato das provas de ingresso, mas também durante a graduação, compondo um cenário de evasão escolar e fragilidade das políticas sociais para a população vulnerabilizada. Dessa maneira, as escolhas por qualificação à longo prazo, em modalidade presencial, com dedicação de um ou mais turnos se tornam uma preocupação

evidente para as classes populares brasileiras e que podem distanciá-las desse tipo de carreira. Segundo Soares *et al.* (2007, p. 756), “questões da ordem socioeconômica são determinantes e dificultam não apenas o processo de escolha mas também as possibilidades de acesso ao ensino superior”.

Neste sentido, é válido frisar que a Orientação Profissional pode proporcionar “conhecimento crítico das condições objetivas da realidade socioeconômica, com vistas a configurar possíveis estratégias de enfrentamento [...], bem como favorecer o reconhecimento da diferença em seu aspecto produtivo e enriquecedor da prática acadêmica e da própria constituição da subjetividade” (Valore; Cavallet, 2012, p. 358).

4º encontro: Foram convidadas duas pessoas, ex-estudantes de escola pública e recém-graduadas em Psicologia em uma instituição pública do sudoeste da Bahia, para falar sobre o ingresso e vivência na universidade a partir de políticas públicas de acesso e permanência nas universidades.

Um dos convidados realizou uma introdução com um aquecimento corporal para relaxamento muscular, seguida de uma dinâmica de apresentação em que cada participante deveria falar o seu nome e realizar um movimento para que os outros reproduzissem, até que todos se apresentassem. Os estudantes demonstraram mais disposição e atenção para a fala dos convidados após esse momento.

A apresentação deste primeiro convidado foi em torno de sua trajetória, envolvendo-se em projetos de extensão, de arte e cultura, o que possibilitou, na visão dele, não só experiências fora da sala de aula, mas também integração com alunos dos outros cursos. Além disso, pontuou suas dificuldades sócio-econômicas e os caminhos que trilhou para lidar com elas por meio do acesso aos recursos de ações afirmativas para permanência estudantil dentro da universidade, assim como a necessidade de, enquanto estudante universitário, definir suas prioridades e a importância de consolidar uma rede de apoio durante a graduação, como uma estratégia de permanência. À vista disso, estudos demonstram que estudantes mais integrados à universidade, os quais possuem vínculos afetivos e suporte social, e que estão mais satisfeitos com o desempenho no curso, provavelmente terão melhores indicativos de saúde mental nesse contexto (Barros; Peixoto, 2023).

A segunda convidada, ex-aluna desse mesmo cursinho, compartilhou sua história como trabalhadora e estudante durante o ensino médio, sua tentativa e recomeço para tentar entrar na universidade, apresentando, além de esforços e dedicação pessoal, os entraves e conflitos pela sua escolha de ser estudante para prestar o vestibular, em paralelo com a importância do

descanso. Ela também pontuou suas estratégias para lidar com as condições financeiras, desde a busca por apoio à permanência ofertado pela universidade, ou por bolsas de incentivo ao estudo.

Diferentemente do primeiro convidado, ela relatou que não ingressou no ensino superior logo após concluir o ensino médio, mas sim, precisou ingressar no mercado de trabalho, atuando como vendedora, no comércio da cidade, para arcar com as próprias despesas e ajudar nas despesas da casa. Ademais, falou sobre as dificuldades em conciliar o trabalho com os estudos, bem como em persistir nos próprios objetivos, mesmo com a descrença dos familiares e dos amigos.

Nesse momento, algumas alunas relataram vivenciar situações parecidas no dia a dia em seu contexto familiar, bem como a angústia e as expectativas por serem as primeiras pessoas da família a terem a oportunidade de ingressar no ensino superior. Foi notada uma identificação das alunas com o depoimento da convidada, vez que esboçaram expressões de alívio e contentamento ao compartilharem de experiências de vida semelhantes. Isso corrobora com a ideia da relevância da representatividade a qual se dá a partir da percepção de características em um indivíduo, que são percebidas comumente em um grupo, ainda que a pessoa não apresente todas as características deste grupo, mas traz marcadores que interferem em sua vida social de forma coletiva (Dess, 2022). Assim, “o modo como nos representamos mentalmente coincide, de modo geral, com quem esse indivíduo é” (Dess, 2022, p. 7).

5843

5º encontro: A ansiedade e o estresse são emoções recorrentes em pré-vestibulandos e podem, por muitas vezes, atrapalhar o desempenho e os resultados nos exames e vestibulares. Desse modo, o encontro, com o tema “Ansiedade e Estresse em época de ENEM e Vestibular: Como lidar?” teve como material de apoio o uso de slides, como ilustrados nas Figuras 2 e 3.

Figura 2 e 3 - Recorte dos slides sobre “Ansiedade e Estresse em época de ENEM e Vestibular



Fonte: Acervo das autoras.

Foi abordado sobre a neurobiologia do estresse e da ansiedade, o funcionamento do corpo de uma maneira saudável, o cuidado com o ciclo do sono para priorizar um bom descanso e uso do exercício físico como uma das condições que ajudam na regulação emocional e saúde mental.

Foi explanado sobre estratégias de organização por prioridade como forma de reduzir o estresse com as tarefas do cotidiano, assim como a importância de ter atividades de descanso e lazer. Abordou-se a questão de preparação para a reta final próximo às provas de seleção, como revisão de materiais e preparo antecipado do que seria necessário para o dia da prova. Também foi realizado e ensinado o exercício de respiração diafragmática, o qual consiste em uma técnica de respiração lenta, a partir do abdômen ou diafragma, o que ativa o sistema nervoso parassimpático, incentivando maior oxigenação do sangue, relaxamento do corpo e maior consciência do momento presente (Leahy; Tirch; Napolitano, 2013).

6º encontro: Inicialmente, alguns alunos saíram da sala por demandas referentes à uma disciplina do cursinho. O encontro de finalização foi iniciado com um relaxamento corporal para aquecimento (cf. Teatro [...], 2019), seguida do jogo “eu vou para lua” (cf. Exercícios [...], 2019), e também foi realizada a dinâmica “telefone sem fio corporal” (Pereira, 201-). Todos os estudantes presentes participaram das dinâmicas, e houve momentos de dificuldades na execução, em que os alunos também ajudaram uns aos outros. O uso dessas dinâmicas e técnicas tiveram um papel de quebra da resistência e aumento de entusiasmo, além de manter os participantes mais atentos para orientações das atividades seguintes (Soares *et al.*, 2007).

Por fim, foi realizada a dinâmica com uso de desenho, adaptada do canal do Youtube Simone Luz (cf. Dinâmica [...], 2022), que teve uma característica mais reflexiva, tendo uma perspectiva no eixo de autoconhecimento, pela via da consciência de si mesmo. Foi pedido que os participantes desenhassem coisas ou um desenho de si mesmos com sua característica mais marcante ou de objetos que identificavam que gostavam muito. Enquanto tentavam fazer o desenho, alguns alunos perguntavam que tipo de características poderiam desenhar: física, gostos, momento da vida. O uso de técnicas não verbais com intenções de apresentação coletiva permite que o sujeito faça o movimento de reflexão voltado para si mesmo, sobre seus sentimentos e resgate de seu autoconceito e percepção de si, além de atribuir significado e sentido às figuras no momento de apresentação para o outro (Soares *et al.*, 2007).

Foram realizados 15 desenhos, sendo 13 de alunos e 2 das estagiárias. Em um segundo momento, os alunos participaram da adivinhação dos desenhos, por meio de um sorteio. Os desenhos foram enumerados pelas estagiárias, cada participante escolhia um número que

correspondia a um desenho e tentava adivinhar a quem pertencia a partir do que estava desenhado; em seguida, o autor do desenho se manifestava e explicava o sentido atribuído por ele. Este momento permitiu, além de dinamizar as artes realizadas, que cada autor falasse um pouco sobre si, além do compartilhamento de memórias da infância, de gostos e pensamentos, os quais foram acolhidos pelas estagiárias e pelo grupo.

O momento foi marcado por descontração, reflexão e emoção para alguns participantes. Houve estudantes que destacaram seu momento de vida atual como um sonho sendo realizado através de objetos que os caracterizavam. Outros apresentaram cenas de algo da infância que gostavam muito e que atualmente estavam distantes, em função das circunstâncias de suas ocupações. Também foram destacados sentimentos como saudade da família e rotina de trabalho, como características que os definiam naquele momento ou características pessoais como da Figura 4, justificada por uma participante com a fala: “acho que sou muito emotiva, qualquer coisa choro”. A discussão da apresentação dos próprios sentidos sobre os desenhos foi bem acolhida pelos participantes, e alguns itens eram semelhantes, mas com sentidos diferentes para cada pessoa.

Figura 4 - Produção de uma das participantes



Fonte: Acervo das autoras.

Conclui-se que esta última intervenção gerou um engajamento grupal positivo para os participantes e, enfim, foi feito o agradecimento aos alunos e aos coordenadores pela colaboração e participação nesta intervenção.

Para Além das Considerações Finais

A partir das discussões das respostas do Instrumento de Completar Sentenças, os estudantes expressaram preocupação com independência e estabilidade financeira, pois o ingresso no ensino superior implicava um planejamento de renda e incertezas sobre a permanência na universidade, já que a maioria dos pré-vestibulandos tinham vínculo empregatício, do qual não poderiam abrir mão.

Além disso, intervenções de Orientação Profissional com as classes populares é uma atividade potencializadora para tais camadas sociais, que devem ser realizadas como práticas extramuros das universidades públicas, na intenção de redução das desigualdades sócio-econômicas, étnicas e culturais. Ademais, acrescenta-se que é papel da Psicologia atuar nas possibilidades de emancipação de populações vulneráveis com práticas que defendam seus direitos e se proponha como ativa nas transformações sociais em prol de uma sociedade de equidade de possibilidades para todos os indivíduos, por meio da ciência e reflexão sobre a realidade em que estão inseridos.

Ao longo do processo da intervenção foram percebidas algumas dificuldades e limitações acerca da prática, uma delas com relação ao público-alvo. Foi perceptível a aparência de cansaço dos pré-vestibulandos, dado que boa parte destes possuíam vínculo com trabalho diurno e poderia somar a sensação de cansaço e estresse cotidiano. Houve também algum grau de resistência do público para com a intervenção, apresentado em alguns comportamentos que sugeriram desinteresse, expressões de descontentamento ao início das atividades e algumas falas que demonstraram indiferenças com a intervenção.

Entendemos que a oferta da intervenção era uma proposta nova para este público, acordada inicialmente apenas com a coordenação e que pode não ter suprido supostas expectativas do mesmo. Além disso, a frequência de intervenção pode ter sido um fator de saturação da prática, que estava sendo executada duas vezes na semana, em dias e horários não fixos, pois, o arranjo da grade de disciplinas estava em alteração, logo, os horários disponíveis variavam semanalmente.

Outro ponto de destaque é que, apesar da frequência de presença nos encontros ser entre 13 a 15 alunos, em função da prática não ter dia e horário definidos, uma parte dos alunos não era a mesma em todas as práticas. Assim, ocorreu encontros com alunos que só estiveram presentes uma vez ou três, dos seis encontros realizados, havendo uma descontinuidade do conteúdo que foi trabalhado para estes.

O enfoque no eixo de informação na prática de Orientação Profissional foi percebido como uma demanda, a partir do questionário aplicado e que foi trabalhado durante a maioria dos encontros. No entanto, ao final, foi notado que o espaço para o eixo autoconhecimento era uma necessidade dos pré-vestibulandos, pois, resgataria suas motivações e sentidos internos relacionados às suas escolhas atuais, além de desviar o tema de provas de ingresso na faculdade e as pressões a elas relacionadas.

Deste modo, é visualizado que intervenções que façam uso da arte e instrumentos que evoquem percepções ambientais, autopercepção corporal e emocional, produções lúdicas e outras do gênero são um caminho potencial para abordar a Orientação Profissional com públicos em geral, mas especialmente aqueles em condições de cansaço e com pouco espaço de reflexão sobre si mesmos e suas condições.

Além disso, foi observado que diálogos sobre representatividade com indivíduos que vivenciaram condições semelhantes podem ser elementos de incentivo e aprendizado para aqueles que estão tentando o mesmo caminho, além de poderem refletir sobre a potencialidade do apoio nas relações sociais e valorizar as informações ofertadas para traçar estratégias pessoais para alcançar seus objetivos.

Entendemos que a oportunidade precisa ser ofertada e aqueles que por ela se interessem precisam saber que ela existe e como traçar estratégias a partir do lugar em que está, em como alcançá-la e mantê-la conforme um planejamento possível e para tal procedimento, a possibilidade de escolha também precisa ser garantida. Segundo Silva (2023), docente supervisora do componente curricular,¹ “para ter escolha, é necessário haver informação e que isso gere interesse” e nesse sentido, a prática realizada também alcançou este propósito.

Para enfoque em Orientação Profissional que tenham o público com interesse em cursar o ensino superior, indica-se que práticas como estas permaneçam constantes e alinhadas com propostas de intervenção contextualizadas e coerentes com o público-alvo. Também ressaltamos a intenção que essas informações sejam alcançadas em setores que possam utilizá-las para refletir e agir em propostas e efetivação de ações de investimento para a inclusão deste público no acesso e permanência à Universidade pública, gratuita e de qualidade.

5847

Referências

AITA, Elis Bertozzi; RICCI, Paulo Sérgio Pereira; TULESKI, Silvana Calvo. A orientação profissional na perspectiva da psicologia histórico-cultural. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 16, p. 175-177, 2012.

BARROS, Rebeca Neri de; PEIXOTO, Adriano de Lemos Alves. Integração ao ensino superior e saúde mental: um estudo em uma universidade pública federal brasileira. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 27, p. 609-631, 2023.

¹ Notas de aula em supervisão do componente curricular Estágio Supervisionado V da formação complementar Licenciatura em Psicologia, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, realizada em 14 de novembro de 2023. Não paginado.

CALDEIRA, Daniela Laender; SHIBATA, Erika Akemi Yoshida; PASSOS, Gabriela de Oliveira. **A orientação profissional em EJA: um caminho para a construção da autoestima do aluno.** 2014. 43 f. Monografia (II Curso de Especialização em Educação na Diversidade e Cidadania, com ênfase em EJA) - Universidade de Brasília, Brasília - Distrito Federal, 2014.

CURCIO, Amanda Dourado; LEITE, Bruna Ramos. **O que vem depois do Ensino Médio?** Cartilha digital. 1ª Edição, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Vitória da Conquista, 2022.

DESS, Conrado. Notas sobre o conceito de representatividade. **Urdimento – Revista de Estudos em Artes Cênicas**, Florianópolis, v. 1, n. 43, abr. 2022.

DINÂMICA para Trabalhar o Autoconhecimento dos Alunos. Publicado pelo canal Simone Luz, 13 de jun. de 2022. 1 vídeo (8 min. 57 s.). YouTube. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=wtUi1-yyPNw>. Acesso em: 19 out. 2023.

EXERCÍCIOS de teatro / Jogos teatrais - Eu vou pra lua. Publicado pelo canal Viver de Teatro, 26 de abr. de 2019. 1 vídeo (6 min. 53 s.). YouTube. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=qNQISLjMwAY>. Acesso em: 19 de out. de 2023.

GATTAI, Maria Cristina Pinto. Tipos de dinâmicas de grupo. *In: Dinâmicas de Grupo: da teoria à prática.* São Paulo: Senac, 2019. p. 105-110.

KLÜSENER, Marisa Ana. **Adultos retornam à escola: dificuldades e expectativas.** 2011. 66 f. Monografia (Especialização em Educação Integrada à Educação Básica na modalidade de Educação de Jovens e Adultos - PROEJA) - Universidade Federal de Santa Maria, Rio Grande do Sul. Disponível em: <https://repositorio.ufsm.br/handle/1/2420>. Acesso em: 29 out. 2023.

5848

LEAHY, Robert L.; TIRCH, Dennis; NAPOLITANO, Lisa A. **Regulação emocional em psicoterapia: um guia para o terapeuta cognitivo-comportamental.** Artmed Editora, 2013.

LUCKOW, Heloiza Iracema; CORDEIRO, Aliciene Fusca Machado. Ensinar ou socializar:dilemas no processo de escolarização de estudantes público-alvo da educação especial inseridos no Ensino Médio. **Revista Tempos e Espaços em Educação**, p. 171-188, 2019.

MANDELLI, Maria Teresa; SOARES, Dulce Helena Penna; LISBOA, Marilu Diez. Juventude e projeto de vida: novas perspectivas em orientação profissional. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 63, p. 49-57, 2011.

OCEANO particular. **Dinâmica de grupo ou dinâmica do fósforo.** 2016. Disponível em: Oceano Particular: Resultados da pesquisa fósforo (oceano-particular.blogspot.com). Acesso em: abr. 2023.

PASSOS, Flávio José dos. Quilombolas e a Reflexão sobre Ações Afirmativas na Universidade Estadual da Bahia (UESB). **Revista OQ**, 2ª edição, 2013. Disponível em: <https://kn.org.br/oq/uploads/arquivo/5%20PASSOS,%20F1%3%A1vio%20Jos%3%A9%20-%20Revista%20OQ2.pdf>. Acesso em: 31 out. 2023.

PEREIRA, Beatriz. Teatro na escola. **Telefone Sem Fio Corporal. Jogos e Exercícios Teatrais**, 201-. Disponível em: <https://www.teatronaescola.com/index.php/planeje-sua-aula/jogos-e-exercicios-teatrais/itemlist/category/49-jogos-de-aquecimento>. Acesso em: 19 out. 2023.

RAMOS, Daniela Karine; RIBEIRO, Fabiana Lopes; ANASTÁCIO, Bruna Santana; SILVA, Gleice Assunção da. Elaboração de questionários: algumas contribuições. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 8, n. 3, p. e4183828, 2019. DOI: 10.33448/rsd-v8i3.828. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/828>. Acesso em: 31 oct. 2023.

REY, Fernando González. Complemento de frases. *In: Subjetividade e saúde mental: superando a clínica da patologia*. São Paulo: Cortez, 2011. (p. 52-53).

SANTOS, Iasmim de Santana Meira dos. **Uma proposta de Orientação Profissional para Adolescentes e Jovens em Cumprimento de Medidas Socioeducativas**. 2022. 17 f. Atividade de Conclusão de Curso (Graduação em Bacharelado em Psicologia) - Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Vitória da Conquista. 2022.

SILVA, Carmem Virgínia Morais da. **Supervisão do componente curricular do Estágio Supervisionado V**. 2023. Notas de aula. Acervo das autoras. Não paginado.

SOARES, Dulce Helena Penna; KRAWULSKI, Edite; DIAS, Maria Sara de Lima; D'AVILA, Geruza T. Orientação Profissional em Contexto Coletivo: Uma experiência em Pré-Vestibular Popular. **Psicologia, Ciência e Profissão**, v. 27, n. 4, p. 746-759. 2007.

SOUZA, Luiz Gustavo Silva; MENANDRO, Maria Cristina Smith; BERTOLLO, Milena; ROLKE, Rafaela Kerckhoff. Oficina de Orientação Profissional em uma Escola Pública: Uma Abordagem Psicossocial. **Psicologia, Ciência e Profissão**, v. 29, n.2, p. 416-427. 2009.

TEATRO na prática - aquecimento corporal. Vídeo: 4 min19 s. Publicado pelo Canal Ruídos. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=HBi3qpKOk6k>. Acesso em: 19 de out. de 2023.

VALORE, Luciana Albanese; CAVALLET, Luiza Helena Raittz. Escolha e orientação profissional de estudantes de curso pré-vestibular popular. **Psicologia & Sociedade**, v. 24, p. 354-363, 2012.

Autor 1:



Nádia de Souza Carvalho
Bacharelanda e Licencianda em Psicologia pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Integrante do Núcleo de Pesquisas e Estudos em Psicologia da UESB, Linha 2: Avaliação Psicológica, Formação em Psicologia, Sociedade e Saúde.
Email: carvalhos.nadia01@gmail.com
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1050562603956006>
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0326-2677>

Autor 2:



Gabriela Cangussu de Souza Moraes

Bacharel e licenciada em Psicologia. Mestranda em Educação pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Integrante do Núcleo de Pesquisas e Estudos em Psicologia da Uesb (NUPEP), Linha 1: Desenvolvimento Humano, Educação e Saúde.

Email: cangussugab@gmail.com

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5745972139489845>

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5767-4343>

Autor 3:



Carmem Virgínia Moraes da Silva

PhD em Psicologia, Professora Titular da Universidade Estadual da Bahia – UESB e professora permanente externa do Programa de Psicologia da Saúde da Universidade Federal da Bahia – UFBA.

E-mail: carmem.virginia@uesb.edu.br

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0139351935811805>

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4792-9939>