

UMA CONTRIBUIÇÃO NA DIMINUIÇÃO DA ANSIEDADE NO MOMENTO DA DECISÃO PELA CARREIRA

Lindair de Cristo¹

Marcia Turcano Rasi²

Nelcy Teresinha L. Finck³

INTRODUÇÃO

Na sociedade globalizada, com frequência, quadros de intensa ansiedade são fenômenos que se apresentam como obstáculos a serem somados à complexidade do momento de escolha profissional e às turbulências peculiaridades da adolescência. A orientação profissional atua de forma a propiciar ao jovem o encontro das instruções a respeito das mais diversas profissões e de seus próprios anseios e motivações.

Nesse sentido, a questão desta pesquisa é: Por que os alunos do ensino médio, após todas as informações e conhecimentos a respeito de suas possibilidades e tendências (mesmo aqueles que declaram haver apoio e diálogo com os pais), encontram dificuldades tais como, insegurança, incertezas, manter uma única escolha etc., podendo desenvolver quadros agudos de ansiedade e medo no momento da decisão? A hipótese que norteia este estudo, portanto, é a de que a orientação vocacional atua decisivamente na diminuição dos níveis de ansiedade percebidos pelos alunos que responderam à pesquisa.

Esta pesquisa consiste em um estudo exploratório, por meio de uma abordagem qualitativa, que fixa seu objeto de estudo nos alunos do terceiro ano do ensino médio

¹ Aluna do 10º período do curso de Psicologia da FAE Centro Universitário. Bolsista do Programa de Apoio à Iniciação Científica (PAIC 2015-2016). *E-mail:* lindacristo@yahoo.com.br

² Aluna do 10º período do curso de Psicologia da FAE Centro Universitário. Voluntária do Programa de Apoio à Iniciação Científica (PAIC 2015-2016). *E-mail:* marciarasi@outlook.com

³ Doutoranda em Educação pela Universidade São Francisco. Professora da FAE Centro Universitário. *E-mail:* nelcyf@fae.edu

de uma escola particular de Curitiba-PR, durante duas intervenções para coleta de dados, nas quais foram aplicados dois instrumentos: o inventário de ansiedade de Beck e o Questionário de Pesquisa.

A pesquisa realizada contribuiu para a compreensão de que a orientação vocacional nos moldes de cinco encontros em grupo, com duração de três horas e foco de trabalho no autoconhecimento e reflexões pertinentes à carreira e à adolescência, não apresentam correlação com a diminuição da ansiedade dos participantes, segundo os instrumentos utilizados na pesquisa.

1 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A orientação vocacional enquanto área de intervenção e pesquisa tem ocupado seu espaço e também mostrado sua importância, sobretudo na fase de escolha profissional, característica dos jovens de ensino médio. A metodologia própria dessa fase de ensino instiga à preparação para o vestibular, e conseqüentemente a uma decisão de carreira.

O caminho que antes era “encurtado” pela realidade social, ou pela “herdabilidade” da carreira dos pais, hoje se tornou mais amplo, não sendo esses os elementos motivacionais da escolha do jovem por uma carreira. A oferta aumentou, porque as possibilidades também se tornaram mais vastas. Sendo a gama de possibilidades mais ampla, a indecisão, os medos, a insegurança, o drama emocional, a fantasia de uma responsabilidade antecipada, o desejo de romper a dependência com os tutores – próprios dessa fase de desenvolvimento do indivíduo – ficam ainda mais afloradas e quase que insuportáveis (LEVENFUS, 1997).

A adolescência tem suas implicações e dificuldades próprias e o presente trabalho a entende segundo três critérios essenciais, a saber: desenvolvimento físico ou biológico, psíquico e sociocultural. Portanto, o jovem, dentro da escola, precisa ter a possibilidade de se confrontar com alguns aspectos da vida profissional que poderá ou não seguir no futuro. Há fatores subjetivos, emocionais e pessoais que estão envolvidos na escolha da futura profissão. Uma escolha profissional satisfatória leva em consideração vários aspectos: o desejo de quem está em processo de escolha, o que é possível escolher em função da condição social, o que se espera do futuro, quais as competências, aptidões e habilidades necessárias, dentre outros fatores determinantes. A prática profissional pode ser considerada como uma das atividades de maior importância na vida de um indivíduo adulto, sendo que é na adolescência, fase na qual se intensificam as dúvidas a respeito do futuro, que os interesses profissionais começam a evidenciar-se, tendendo a se resolver até o início da vida adulta (LEITÃO; MIGUEL, 2004).

A escolha profissional é sem dúvida um momento de grande pressão sobre os jovens e suas famílias. Segundo Soares (2002 apud SOARES; MARTINS, 2010), os adolescentes estão submetidos, em época de vestibular, à cobranças pessoais, familiares e sociais para terem um bom desempenho nos estudos. Essas pressões podem gerar um estado de ansiedade que é prejudicial ao desempenho acadêmico. Determinar se um estado ansioso é normal ou patológico não é tarefa simples ou objetiva. Devem-se avaliar, simultaneamente, manifestações ansiosas em seu contexto, levando em consideração os possíveis fatores desencadeantes e as características individuais do sujeito, a fim de determinar sua intensidade, duração, interferência com o desempenho e a frequência com que ocorreram (GENTIL; LOTUFO NETO; BERNIK, 1997).

2 METODOLOGIA

Esta pesquisa consiste em um estudo exploratório, de uma abordagem qualitativa, realizada com alunos do terceiro ano do ensino médio numa escola particular, localizada na cidade de Curitiba-PR. Os dados primários foram coletados de dois grupos: o primeiro com uma amostra de 12 alunos, que realizou o processo de orientação vocacional; o segundo com 12 alunos da mesma instituição que não realizaram a orientação vocacional. Foram aplicados dois instrumentos: o inventário de ansiedade de Beck e o questionário de pesquisa, elaborados pelos pesquisadores.

Para verificar se há diferença significativa entre os grupos, foram realizados três testes: teste t de Student, teste de Wilcoxon-Mann-Whitney e análise de variância (ANOVA).

Tendo como Hipóteses:

- H_0 : Não existe diferença entre os grupos.
- H_1 : Existe diferença entre os grupos.

Existe confiabilidade no instrumento aplicado em ambos os grupos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Aqui são apresentados os resultados dos dados e análises (quantitativas ou qualitativas) realizadas.

Os resultados obtidos com o primeiro instrumento, o inventário de Beck, para ansiedade, foram os seguintes:

Grupo 1: alunos de terceiro ano do ensino médio que realizaram a orientação vocacional;

Grupo 2: alunos de terceiro ano do ensino médio que não realizaram a orientação vocacional.

No que se refere ao Grupo 1, percebe-se que 25 % dos alunos apresentam grau de ansiedade considerado grave, 25% moderado, 33% leve e 17% mínimo. Neste grupo, a ansiedade é por eles percebida pela incidência dos seguintes sintomas: “Medo que aconteça o pior”, “palpitação do coração” e “nervoso”, seguidos do “medo de perder o controle”. A metade dessa amostragem oscila entre os graus **grave** ou **moderado**.

Relativamente ao Grupo 2, os resultados percebidos foram de 17% para o grau grave, 8% para moderado, 25% leve e 50% mínimo. Neste grupo, o sintoma mais característico da ansiedade percebida por eles é o “nervoso” e 50% da amostra apresenta grau mínimo, mesmo antes de qualquer intervenção.

Conforme os resultados obtidos nos grupos, refuta-se a hipótese de que a Orientação Vocacional seja determinante de diminuição da ansiedade.

Quanto ao segundo instrumento aplicado, a saber, o questionário elaborado pelo grupo de pesquisadoras, em que os dois grupos são comparados, quando perguntados acerca da sua percepção em relação à ansiedade diante da escolha profissional, percebe-se, em ambos grupos, que o nível de ansiedade é muito próximo, grupo 1 com 67% e grupo 2 com 75%.

A questão referente ao papel da orientação profissional no seu estado psicológico foi respondida somente pelo Grupo 1, que já havia realizado essa experiência, nota-se que obteve 0% na opção “foi de fundamental importância”, para 50%, a orientação profissional ajudou, e para 25% não fez diferença nenhuma.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo possibilitou a ampliação de conhecimento acerca dos adolescentes que estão em vias de decidir-se por sua carreira profissional ou já estão preparando-se para o processo de vestibular. Neste sentido, a presente pesquisa contribuiu para a compreensão de que a orientação vocacional, nos moldes de cinco encontros em grupo, com duração de três horas e foco de trabalho no autoconhecimento e em reflexões pertinentes à carreira e à adolescência, não apresenta correlação com a diminuição da ansiedade dos participantes, segundo os instrumentos utilizados na pesquisa.

Verificou-se, no entanto, que isso não significa que a ansiedade não seja sentida por esses jovens. A análise dos dados parece corroborar com Gentil, Lotufo e Bernik (1997, p. 31): “o conceito de ansiedade é ambíguo, pois suas manifestações objetivas são inespecíficas, de certa forma, subjetivas”. Há que se considerar se estes sintomas causam sofrimento clinicamente significativo e prejuízos para a vida ocupacional dos sujeitos (DALGALARRONDO, 2008). A pesquisa nos possibilitou considerar que a ansiedade está atrelada a inúmeros outros aspectos da vida cotidiana.

O desafio da orientação vocacional, diante disso, talvez esteja em encontrar o melhor manejo de tornar os aspectos da ansiedade, de modo que este não seja um impeditivo para a concretização do processo de inserção na universidade, e na vivência de uma profissão satisfatória.

REFERÊNCIAS

- ABERASTURY, A. **Adolescência**. 2. ed. Porto Alegre: Artes médicas, 1983.
- ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. **Adolescência normal**: um enfoque psicanalítico. Porto Alegre: Artmed, 1981.
- BARRETT, P. M. O tratamento da ansiedade das crianças: análise de alguns aspectos relativos aos acontecimentos. **Revista Portuguesa de Pedagogia**, v. 2, p. 97-127, 1998.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. **Marco legal**: saúde, um direito de adolescentes. Disponível em: <http://bvsm.saude.gov.br/bvs/publicacoes/07_0400_M.pdf>. Acesso em: 28 maio 2016.
- CALLIGARIS, C. **A adolescência**. São Paulo: Publifolha, 2000.
- CAMPOS, D. M. de S. **Psicologia da adolescência**: normalidade e psicopatologia. 23. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.
- CUNHA, J. A. **Manual da versão em português das escalas Beck**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.
- DALGALARRONDO, P. **A psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.
- DOTTI, S. **Psicologia da adolescência**: uma psicologia do desenvolvimento. Porto Alegre: Sulina, 1973.
- FONSECA, A. C. Problemas de ansiedade em crianças e adolescentes: elementos para a sua caracterização e para o seu diagnóstico. **Revista Portuguesa de Pedagogia**, v. 18, n. 2, p. 7-34, 1998.
- FREUD, S. **Um estudo autobiográfico**. Inibições, sintomas e ansiedade. A questão da análise leiga e outros trabalhos (1925-1926). Rio de Janeiro: Imago, 1996. (Edição standard brasileira das obras psicológicas e completas de Sigmund Freud). v. 20.
- GENTIL, V.; LOTUFO-NETO, F.; BERNIK, M. A. (Org.). **Pânico**: fobias e obsessões. 3. ed. São Paulo: EDUSP, 1997.
- KAPLAN, B. L.; SADOCK, B. J. **Compêndio de psiquiatria**: ciências comportamentais. Psiquiatria Clínica. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993.
- LEITÃO, L. M.; MIGUEL, J. P. Avaliação dos interesses. In: LEITÃO, L. M. (Org.). **Avaliação psicológica em orientação escolar e profissional**. Coimbra: Quarteto, 2004. p. 179-262.
- LEVENFUS, R. S. **Psicodinâmica da escolha profissional**. Porto Alegre: Artmed, 1997.
- RIBEIRO, A. M. Orientação profissional: uma proposta de guia terminológico. In: RIBEIRO, M. A.; MELO-SILVA, L. L. (Org.). **Compêndio de orientação profissional e de carreira**: enfoques teóricos contemporâneos e modelos de intervenção. São Paulo: Vetor, 2011. v. 1. p. 23-66.
- SOARES, A. B.; MARTINS, J. S. R. Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular. **Paidéia**: Programa de Pesquisa em Psicologia, Ribeirão Preto, v. 20, n. 45, p. 57-62, jan./abr. 2010.