



1-O que os pais devem saber, sobre o processo de tomada de decisão.

O adolescente depara-se com várias tarefas de desenvolvimento que deve ultrapassar neste período, estabelecer uma identidade como adulto, separar-se psicologicamente dos pais e construir um projecto escolar/profissional. Estas três dimensões estão interligadas.

Construir uma identidade (como adulto) significa ser capaz de perceber e assimilar as diferenças entre os valores, necessidades e expectativas próprios e os dos outros, principalmente dos pais. A formação da identidade começa com a capacidade de realizar esta distinção. Se os adolescentes não forem capazes de ultrapassar esta tarefa da adolescência então também não serão capazes de se perceberem como capazes de efectuar uma tomada de decisão relativamente a um curso/profissão. Os pais que pretendem ajudar os filhos a consolidarem uma identidade devem eles próprios ser capazes de encorajar a autonomia dos filhos, consolidar a sua relação conjugal e diminuir as dependências emocionais que ligam o adolescente à família.

A construção de um projecto escolar/profissional é simultaneamente a construção de um projecto de vida. Significa estar disponível para nos conhecermos a nós próprios explorando os nossos valores, aptidões e interesses, bem como para conhecer os sistemas de ensino com as suas ofertas específicas e o mundo das profissões.

Este conhecimento é parte integrante do processo de escolha e surge da reflexão, isto é, parar para pensar como tem vivido nos grupos em que participa (família, amigos, actividades de lazer, desportivas, culturais, religiosas,



2- O que os pais podem fazer para a Orientação Vocacional dos seus filhos.

Orientar é guiar, esse é o papel dos pais e encarregados de educação que pode ser iniciado a qualquer momento, sem aflições, sem pressões, sem ansiedade. Orientar não significa escolher pelo seu filho ou escolher para ele. É estar presente, é motivar, é realçar os aspectos positivos do seu filho, é apoiar as suas opções, para que este tenha mais condições de tomar uma decisão ponderada, coerente e reflectida.

Os pais afectam as escolhas vocacionais dos filhos enquanto modelos no desempenho dos seus papeis (pais, trabalhadores, etc) , na medida em que influenciam a imagem que os filhos têm de si próprios, enquanto motivadores dos filhos para actividades ocupacionais, como fontes de informação sobre as profissões e como promotores de um ambiente de desenvolvimento.

Os pais devem no entanto encorajar os filhos a efectuarem uma exploração planeada em vez de esperarem apenas uma tomada de decisão

relativamente ao curso/profissão pretendida. O mais importante não é o jovem ser capaz de dizer – eu quero ser veterinário, por exemplo. O mais importante é o processo em si. A forma como o jovem se implica e participa, com o objectivo de se descobrir a si mesmo e construir um projecto para si. Com a sua ajuda, o seu filho vai ser capaz de efectuar uma exploração planeada e de, por fim, solucionar da melhor forma a tarefa de escolher uma profissão. A seguir apresentamos algumas sugestões de actividades que pode propor ao seu filho e ajudá-lo a executar:



2.1- A Internet

Existem diversos sítios na Internet, que oferecem oportunidades de exploração vocacional e que constituem uma oportunidade de em conjunto pais e filhos, descobrirem informação relevante, e de promoverem o desenvolvimento vocacional dos filhos. O quadro que se segue apresenta algumas sugestões:

SITE	ACTIVIDADE	DESCRIÇÃO
http://www.dgidc.min-edu.pt/public/oep/guia_jovens.pdf	Rosa dos Ventos – Rumo ao teu futuro Guia para jovens	Apresenta um caderno com um conjunto de sugestões de actividades.
www.estudantes.com.br/vocacional/	Jogo das Vocações	Oferece a possibilidade de realizar um jogo como forma de ajudar a pensar, para que o jovem possa fazer uma boa escolha.
www.acessoensinosuperior.pt	Acesso ao	Disponibiliza informação

	Ensino Superior	sobre todos os cursos do ensino superior : provas de acesso, notas mínimas, notas dos últimos colocados, regulamento, etc
http://www.edunau.net/cgi-bin/sttm_1.asp	Timoneiros	Fornece informação dirigida a pais, mães e encarregados de educação.
www.ipp.pt/conteudos	Teste de Interesses	Possibilita a realização de um teste de interesses, com base na oferta formativa do Instituto Politécnico do Porto.
www. portal.iefp.pt	Classificação Nacional das Profissões	Apresenta todas as profissões existentes em Portugal.
http://guiadoestudante.clix.pt/	Guia do Estudante	Disponibiliza informação dirigida especialmente aos alunos do secundário que pretendem ingressar na universidade.
http://clubieip.net/percursos.com/	Clube IEP	O Clube IEP é um sítio onde os jovens podem publicar trabalhos sobre profissões, obter informação sobre o Sistema Educativo e Formativo, deixar as suas opiniões e mensagens, divertir-se com os jogos e ainda enviar postais e fazer o download de imagens.
http://www.dgfv.min-edu.pt/	Pais e Encarregados de Educação	Colabore de forma informada e consciente, na tomada de decisão tão

		importante na vida do seu filho/educando.
--	--	---



2.2- Feiras

Feiras de Orientação Vocacional – Algumas Escolas Secundárias e ou Universidades costumam organizar feiras destinadas a divulgar cursos e Instituições, junto dos alunos do Ensino Secundário.

Feira da Juventude Emprego e Formação Profissional – A Feira da Juventude Emprego e Formação Profissional, decorre na Feira Internacional de Lisboa (FIL), decorre normalmente no início de Dezembro, ocorre pelo menos de 2 em 2 anos. Consultar <http://www.fil.pt/> para outras informações.

Fórum Exponor - O Salão de Produtos e Serviços para a Educação e Ensino, decorre normalmente em Maio na EXPONOR (Porto). Salientamos os subsalões - Didáctica – Salão do material didáctico, Eduk@ - Salão da oferta educativa e formativa, Young – Salão de produtos, equipamentos e serviços para jovens. Mais informações podem ser obtidas em <http://www.exponor.pt/ExponorFV/Conteudos/pt/Calendario/CalendarioFeiras.aspx>



2.4- Livros e Revistas

Existem diversas publicações específicas para ajudar no processo de orientação vocacional. Deixamos aqui apenas algumas sugestões de publicações muito recentes:

Guias Univ (www.infoforum.pt) - Toda a informação prática e actual sobre tudo o que se pode encontrar numa cidade, desde questões básicas como a alimentação, alojamento e saúde, até às sugestões de lazer e ocupação de tempos livres.



Guia Prático do Estudante O Guia Prático do Estudante tem como principal objectivo, informar todos os estudantes sobre as opções de que dispõem no que se refere a cursos e instituições de Ensino Superior existentes no nosso país.





2.5- UNIVERSIDADES - ACTIVIDADES DE VERÃO

Academia de Verão na Universidade de Aveiro (www.ua.pt) - Pensado para sensibilizar os jovens para a descoberta da sua vocação, permitindo-lhes experimentar algumas das ofertas da Universidade, e conhecer o mundo universitário, o programa Academia de Verão desenrolou-se em dois períodos. Durante duas semanas, os alunos do ensino secundário de todo o país foram convidados a experimentar a vida universitária a *tempo inteiro* participando em projectos e actividades pedagógicas das suas áreas científicas de eleição, acompanhados pelos Professores, alunos e Investigadores da UA. Os *futuros caloiros* fizeram do *campus* universitário a sua nova casa, usufruindo das instalações e das actividades que a UA lhes propiciou. Paralelamente ao programa científico, com aulas em laboratórios, visitas à biblioteca e saídas de campo decorreram as acções culturais, desportivas e de lazer que incluíram um Passeio na Ria e pela cidade de Aveiro, aulas de loga, Capoeira e *Body Combat*.

Eu-Verão - Universidade de Évora (www.ueverao.uevora.pt) - Aproveitando o tempo das férias escolares dos mais jovens, a Universidade de Évora apresenta a iniciativa UE-VERÃO. A Universidade de Évora pretende, desta forma, proporcionar um conjunto de oportunidades destinadas a favorecer o conhecimento, a experimentação e a exploração de diferentes contextos de natureza cultural, científica,

tecnológica, artística, desportiva, etc. ocupando crianças e jovens da região Alentejo com propostas de actividades de grande valor educativo para a sua formação e desenvolvimento pessoal, social e vocacional. Com a iniciativa UE-VERÃO procura-se, igualmente, contribuir para despertar e/ou aprofundar gostos, interesses, sensibilidades, capacidades e competências que podem surgir quando os jovens têm oportunidade de experimentar, explorar e criar em novos contextos.

Universidade Júnior – Universidade do Porto (www.up.pt/universidadejunior/) - Programa de actividades de Verão organizado pela Universidade do Porto pensado de forma a sensibilizar os jovens pré-universitários para as Ciências, as Letras e as Artes. A "Universidade Júnior" abre as portas de faculdades e centros de investigação da U.Porto a alunos do 5º ao 11º ano de escolaridade que, durante uma semana das suas férias escolares, poderão experimentar a vida universitária participando em projectos e actividades pedagógicas das suas áreas científicas de eleição. Com cerca de 600 jovens a permanecer na cidade em regime de alojamento (nos quartéis do Centro de Selecção do Porto e da Escola Prática de Transmissões), contando com a colaboração de 30 Câmaras Municipais (que garantem o transporte para o Porto dos seus jovens munícipes), envolvendo 170 monitores para um total de 65 diferentes projectos de actividades, a Ujr constitui-se como uma das maiores operações alguma vez realizadas pela Universidade do Porto.

Pais, boa sorte!