



ORIENTAÇÃO VOCACIONAL E PROFISSIONAL

JOVENS E ADULTOS



A Orientação Vocacional e Profissional é um processo personalizado e estruturado que pretende **ajudar jovens e adultos a tomar uma decisão realista quanto à carreira académica e/ou profissional e consistente com o seu projeto de vida.**


Este tipo de serviço poderá assumir especial relevância nos **períodos de transição** do 9º para o 10º ano de escolaridade, no **ingresso ao ensino superior, entrada ou reinserção no mercado de trabalho e reconversão de carreira**, sobretudo quando surgem indecisões, conflitos e/ou desconhecimento quanto à direção a dar à carreira académica e/ou profissional.... pelo que não existe “data marcada” para a necessidade de recorrer à orientação vocacional e profissional!


Duração da Academia: O tempo de intervenção e a periodicidade da mesma é variável, sendo definida em função das necessidades/dificuldades apresentadas e dos objetivos a atingir, podendo variar de caso para caso.




Para mais informações, esclarecimento de dúvidas ou inscrição **contacte-nos:**


 www.atitudesclinica.com

 938 710 800

 geral.atitudes@gmail.com

 Rua Damião de Góis, n.º 3 A, R/C
7400-242 Ponte de Sor

 /atitudesclinica

 /clinicaatitudes



SINAIS DE ALERTA - JOVENS

- ? Elevada preocupação confusão e/ou insegurança sentida relativamente ao seu futuro;
- ? Pouco autoconhecimento sobre as suas potencialidades, preferências e fragilidades;
- ? Desconhecimento acerca das áreas e/ou dos cursos existentes (por exemplo, no contexto em que está inserida);
- ? Indecisão entre duas ou mais áreas ou cursos a seguir.

SINAIS DE ALERTA - ADULTOS

- ? Insatisfação face à carreira profissional e/ou insegurança perante uma nova escolha;
- ? Necessidade de orientação ao nível do processo de autoconhecimento, favorecendo uma análise mais cuidada da sua situação atual e maior segurança quanto às decisões tomadas;
- ? Compreensão da necessidade de desenvolvimento de competências para o exercício de dada profissão ou progressão na carreira.

A Academia de Orientação Vocacional e Profissional, é um processo conduzido por psicólogos que visa ajudar a pessoa a:

- **Identificar traços de personalidade; nível de autoconceito e valorização pessoal; objetivos de vida, valores e motivações; interesses pessoais e profissionais; aptidões e competências pessoais, cognitivas e socioemocionais** (através de entrevista, questionários e/ou testes psicológicos);
- **Pesquisar as opções** apresentadas pelas instituições de ensino e/ou de formação, bem como o mercado de trabalho, de modo a **refletir sobre as vantagens e desvantagens** que cada percurso acarreta;
- **Efetuar uma tomada de decisão consciente** escolhendo a área vocacional e/ou profissional o mais ajustada possível ao seu perfil de personalidade e objetivos de vida, facilitando o seu bem-estar, a sua motivação e empenho para a obtenção de bons resultados escolares/académicos e a sua posterior inserção num mercado de trabalho cada vez mais complexo e diversificado.