

**O QUE
PRECISO DE
SABER ...?**

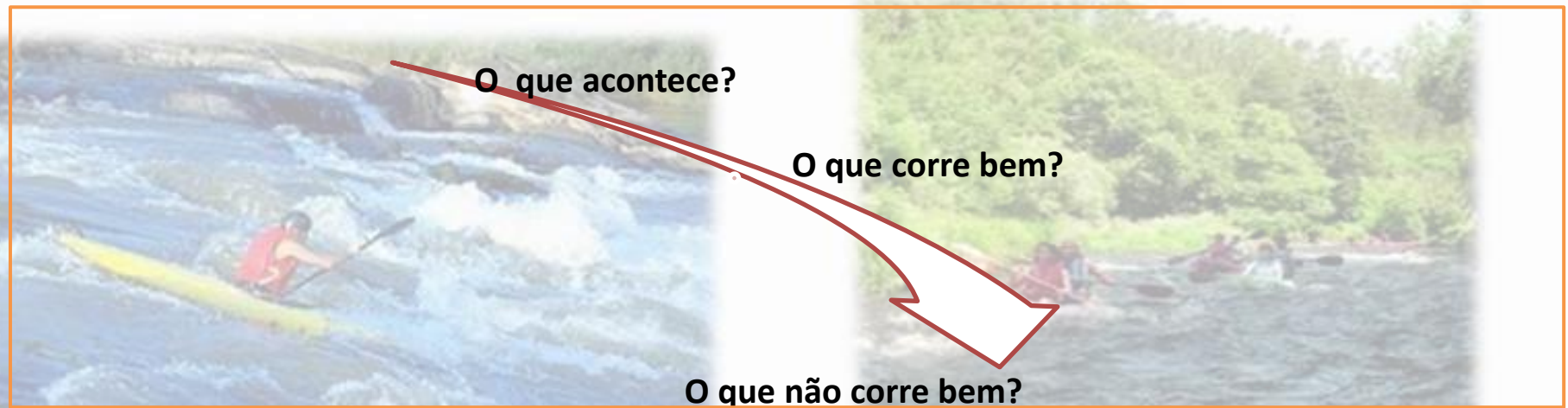
**E AGORA,
FAÇO COMO...?**



Bem vindo ao futuro!

Intervenção vocacional - 9º ano - 2017

**Serviço de Psicologia e Orientação do Agrupamento de Escolas de Mem Martins
Dra. Ana Ribas**



(Vídeo sobre a descida de um rio em canoa e pergunta para discussão)

QUAIS AS ESTRATÉGIAS NECESSÁRIAS PARA CHEGAR AO FIM DO PERCURSO?

- FORÇA
- CORAGEM
- FORÇA DE VONTADE
- ACREDITAR
- DEDICAÇÃO

- TRABALHO DE EQUIPA
- EXPERIENCIA
- EQUIPAMENTO NECESSÁRIO
- DETERMINAÇÃO
- COORDENAÇÃO
- CALMA.



Que ESTRATÉGIAS SÃO NECESSÁRIAS para o percurso de carreira?

(analogia com as estratégias necessárias para enfrentar o percurso de rio em canoa, analisadas com o slide anterior)

OBJETIVOS

TREINO

DEDICAÇÃO

ESTUDO

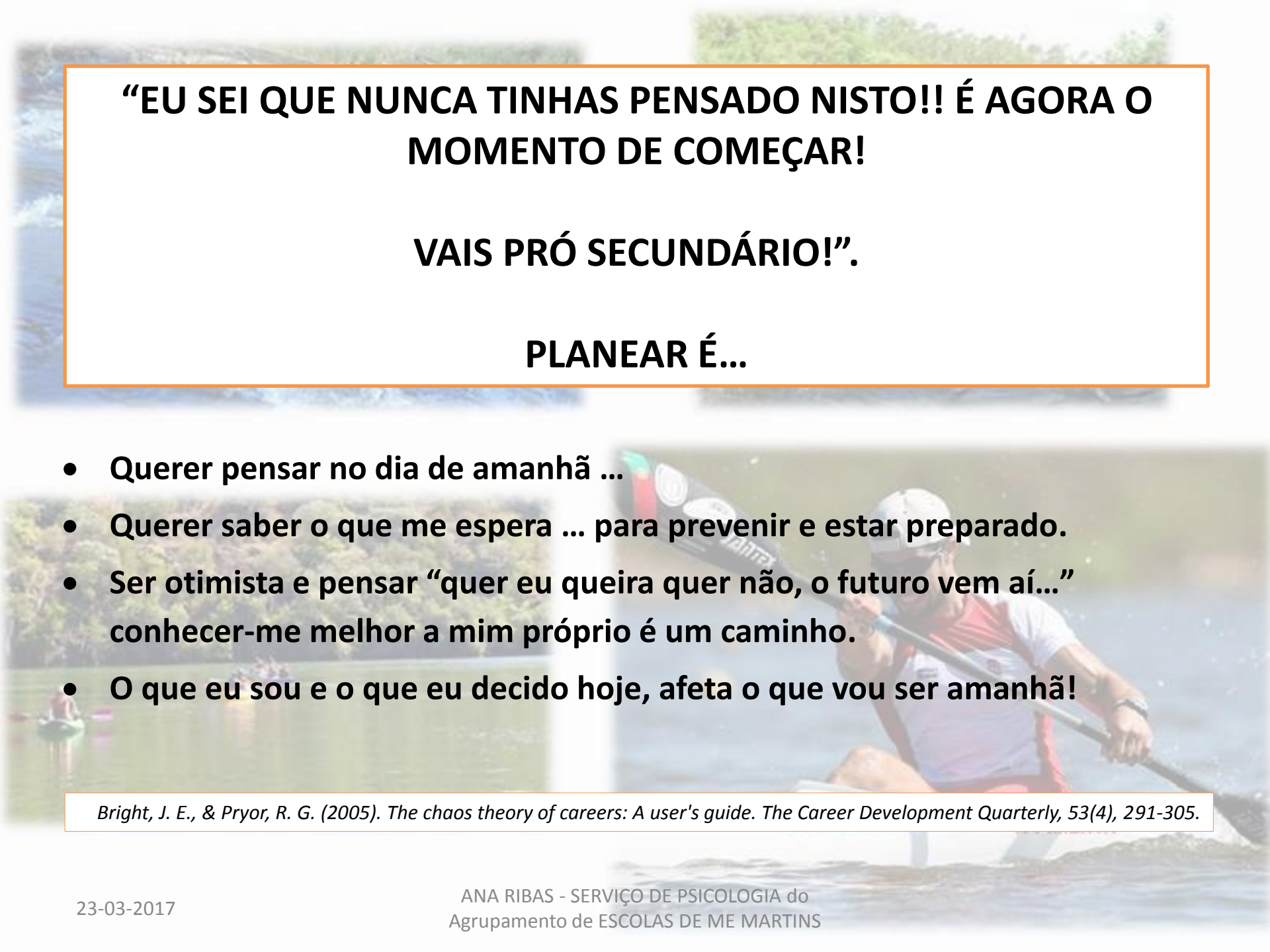
SUCESSO

FORÇA DE VONTADE

TRABALHO/ESFORÇO

ACREDITAR NAS NOSSAS CAPACIDADES

SABER O QUE QUERO FAZER



**“EU SEI QUE NUNCA TINHAS PENSADO NISTO!! É AGORA O
MOMENTO DE COMEÇAR!**

VAIS PRÓ SECUNDÁRIO!”.

PLANEAR É...

- **Querer pensar no dia de amanhã ...**
- **Querer saber o que me espera ... para prevenir e estar preparado.**
- **Ser otimista e pensar “quer eu queira quer não, o futuro vem aí...”
conhecer-me melhor a mim próprio é um caminho.**
- **O que eu sou e o que eu decido hoje, afeta o que vou ser amanhã!**

Bright, J. E., & Pryor, R. G. (2005). The chaos theory of careers: A user's guide. The Career Development Quarterly, 53(4), 291-305.

DESENVOLVER O HÁBITO DO PLANEAMENTO AJUDA A ...

- **SER MAIS FLEXIVEL...** “começo a ser capaz de ver o ponto de vista dos outros”
- **VER OPORTUNIDADES À VOLTA...** “sou capaz de estar mais atento e mais desperto para o que me rodeia”
- **DESENVOLVER A CRIATIVIDADE...** “afinal eu sou capaz de inventar o que for BOM para mim”
- **SER MAIS RESILIENTE...** “sou capaz de resistir aos problemas em vez de sucumbir com eles”
- **FAZER O PLANO “B”...** “não vou ficar dependente de um só plano ou de um só objetivo”
- **CONSTATAR QUE ...** “O mundo não é estático e nós também não ...”

Bright, J. E., & Pryor, R. G. (2005). The chaos theory of careers: A user's guide. The Career Development Quarterly, 53(4), 291-305.

**Saber o
que me
espera**

**Preparar-me
para
mudanças
não previstas**

**Ser competente.
Ser autoconfiante.
Ter curiosidade.
Planear.
Ter iniciativa.
Ser flexível.**

Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. *Career development and counseling: Putting theory and research to work*, 1, 42-70.

ADAPTABILIDADE NA CARREIRA



Alternativas de estudos no ensino secundário

Cursos Científico-Humanísticos

Cursos Profissionais

Cursos Vocacionais

Cursos de Aprendizagem do IEFP

Cursos do Ensino Artístico Especializado

Cursos do Ensino Recorrente

Cursos com Planos de Estudo Próprios

Alternativas de estudos no ensino secundário

Cursos científico-humanísticos

Cursos profissionais

Cursos vocacionais

Cursos de aprendizagem do IEFP

Cursos de ensino artístico especializado

Cursos do ensino recorrente

Cursos com planos de estudo próprios



1-Ciências e tecnologias



2-Ciências socioeconómicas



3-Línguas e humanidades



4-Artes visuais

23-03-2017

Disciplinas gerais	Cursos científico-humanísticos	Disciplinas específicas (variam consoante o curso)
Português e Educação Física (10º/11º/12º) e Filosofia e Língua estrangeira (10º/11º)	Ciências e tecnologias	<ul style="list-style-type: none"> • Matemática A (3 anos) • 2 disciplinas (10º/11º), entre: a) Biologia e geologia, b) Física e Química e c) Geometria descritiva
	Ciências socioeconómicas	<ul style="list-style-type: none"> • Matemática A (3 anos) • 2 disciplinas (10º/11º) entre: a) Economia A e b) Geografia A, c) História B.
	Línguas e humanidades	<ul style="list-style-type: none"> • História A (3 anos) • 2 disciplinas (10º/11º) entre : a) Geografia A, b) Língua estrangeira I, II ou III, c) Matemática aplicada às ciências sociais, d) Literatura portuguesa (bienais).
	Artes visuais	<ul style="list-style-type: none"> • Desenho (3 anos) • 2 disciplinas (10º/11º) entre: a) Geometria descritiva A, b) Matemática B e c) História e Cultura das Artes.

**Exames a realizar, para terminar o secundário,
nos CURSOS CIENTÍFICO HUMANÍSTICOS**

**as 2 disciplinas
bienais**

**ou 1 disciplina
biental e Filosofia**

**Fim do 11º
ano**

Português

**mais a outra
disciplina trienal**

**Fim do 12º
ano**

Alternativas de estudos no ensino secundário

Cursos científico-humanísticos

Cursos profissionais

Cursos vocacionais

Cursos de aprendizagem do IEFP

Cursos de ensino artístico especializado

Cursos do ensino recorrente

Cursos com planos de estudo próprios



ÁREA PROFISSIONAL:**EXEMPLOS DE CURSOS:**

Artes do Espectáculo	Interpretação; Cenografia e Figurinos e Adereços
Tecnologias Artísticas	Técnico de Cerâmica Artística
Comunicação, Som e Imagem	Técnico de Audiovisuais / Técnico de Design Gráfico
Informação, Documentação e Património	Técnico de Museografia e Gestão do Património
Comércio / Administração	Técnico de Vendas / Técnico de Secretariado
Informática	Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos
Mecânica	Técnico de Frio e Climatização
Electricidade e Electrónica	Técnico de Electrotécnia
Multimédia	Técnico de Multimédia
Química	Técnico de Análise Laboratorial
Têxtil, Vestuário e Calçado	Modelista de Vestuário
Actividades Agrícolas e Agroalimentares	Técnico de Jardinagem e Espaços Verdes
Construção Civil	Técnico de Construção Civil - Topografia
Tecnologias da Saúde	Técnico de Óptica Ocular / Técnico Auxiliar de Saúde
Serviço de Apoio Social	Técnico de Apoio à Infância
Hotelaria e Turismo	Técnico de Turismo
Ordenamento do Território e Ambiente	Técnico de Sistemas de Informação Geográfica
Serviços de Protecção e Segurança	Técnico de Higiene e Segurança no Trabalho e Ambiente

**A vermelho,
cursos
profissionais
em
funcionamento
na ESMM em
2017**

<u>Cursos</u>	<u>Disciplinas de formação sociocultural</u>	<u>Disciplinas científicas</u>	<u>Disciplinas técnicas</u>
Técnico de análise laboratorial	<i>Comuns a todos os cursos profissionais</i>	Matemática Físico-Química	Química aplicada, Tecnologia química Qualidade, segurança e Ambiente Análises químicas ESTÁGIO
Técnico auxiliar de saúde	Português	Matemática Física e Química Biologia	Saúde, Gestão e organização dos serviços e cuidados de saúde, Comunicação e relações interpessoais, Higiene, segurança e cuidados gerais ESTÁGIO
Técnico de vendas	Língua estrangeira	Matemática Economia	Vender, Organizar e gerir a atividade Comunicar em vendas, Comunicar em... Língua estrangeira ESTÁGIO
Técnico de secretariado	Educação física	Matemática Economia Psicologia e Sociologia	Técnicas de Secretariado, Francês ou Espanhol Legislação Comercial, Fiscal e Laboral Técnicas de calculo e contabilidade ESTÁGIO
Técnico de design gráfico	Área de integração	Geometria Descritiva História da Cultura e das Artes Matemática	Desenho e comunicação visual Design Gráfico Oficina Gráfica ESTÁGIO
	Tecnologias de informação e comunicação		



Ter um curso profissional completo, implica:

- 1. Aprovação nas disciplinas da formação sócio cultural.**
- 2. Aprovação nas disciplinas de formação científica.**
- 3. Aprovação nas disciplinas de formação técnica.**
- 4. Aprovação no estágio.**
- 5. Aprovação na Prova de Aptidão Profissional.**

ESTÃO AQUI!

**Ensino
secundário**

E QUEREM IR PARA...

(EXAMES NACIONAIS OBRIGATÓRIOS, para os cursos científico-humanísticos)

**Níveis
qualificação**

Cursos científico-humanísticos

Nível 3

Cursos Profissionais (c/ equivalência ao 12º ano)

Nível 4

Cursos Vocacionais (c/ equivalência ao 12º ano)

Nível 4

**(acesso direto aos
curso técnicos
superiores
profissionais)**

ENSINO SUPERIOR

**ciclo
CURTO**

Cursos Técnicos Superiores Profissionais

Nível 5

1º ciclo de estudos

Licenciatura

Nível 6

2º ciclo de estudos

Mestrado

Mestrado

integrado

Nível 7

3º ciclo de estudos

Doutoramento

Nível 8



Evento dos 3 “C”

Um contributo para **CLARIFICAR** a via a seguir no secundário: curso científico-humanístico ou curso profissional.

Uma forma prática de **CONFIRMAR** as ideias construídas acerca dos cursos profissionais.

Abril 2017:
Dias 22, 24,
26, 27 e 28

Uma excelente oportunidade para o jovem **CONFRONTAR** os seus projetos de carreira com a realidade das atividades técnicas dos cursos profissionais.

**Pesquisar sites para conhecer melhor as
profissões**

AJUDA NA TOMADA DE DECISÕES!



23-03-2017

ANA RIBAS - SERVIÇO DE PSICOLOGIA do
Agrupamento de ESCOLAS DE ME MARTINS

Vi@S
O Portal de Orientação