

NEWSLETTER APDC

AGOSTO 2023
ISSN:2184-2779



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA PARA O
DESENVOLVIMENTO DA CARREIRA (APDC)

WWW.APDC.EU
GERAL@APDC.EU



" (...) os profissionais da orientação não só têm de estar cada vez mais alerta para a multiplicidade dos problemas com que os sujeitos podem ser confrontados mas ainda de se municiar com uma gama variada de estratégias de intervenção e de diversificar os alvos das suas intervenções "

Joaquim Luís Imaginário (1992)

Nota Editorial

Autora: Ana Daniela Silva

Abrimos esta Newsletter com a uma sugestão de leitura gentilmente enviada pelo nosso associado Paulo Cardoso: o livro "Career Theories and Models at Work: Ideas for Practice". Consideramos ser um recurso importante para todos aqueles que procuram exercer e desenvolver práticas de apoio ao desenvolvimento de carreira baseadas evidencia. Neste seguimento, estivemos à conversa com o Professor Robert Lent a quem agradecemos a disponibilidade e autenticidade na partilha de aspetos do seu percurso profissional, bem como da sua visão sobre o estado atual e o futuro da psicologia vocacional e do desenvolvimento de carreira. As preocupações e temas que o Doutor Robert Lent nos trouxe enfatizam sobretudo a necessidade de estarmos atentos e nos prepararmos, enquanto pessoas e profissionais nesta área, para lidar com os grandes acontecimentos globais e as suas implicações para aqueles que estudamos e ajudamos. Terminamos com a habitual sugestão de eventos, assentes na ideia que a partilha de conhecimento e a formação contínua é uma ferramenta fundamental para estarmos equipados para lidar com todas as mudanças e desafios que se avizinham.

A encerrar este primeiro semestre de 2023, desejamos uma excelente leitura! Agradecemos que se mantenha desse lado. Estaremos sempre disponíveis para receber o Vosso feedback e ideias que possam ajudar-nos a cumprir a missão desta Nossa Associação, em prole de mais e melhores práticas de apoio ao desenvolvimento de carreira das pessoas.

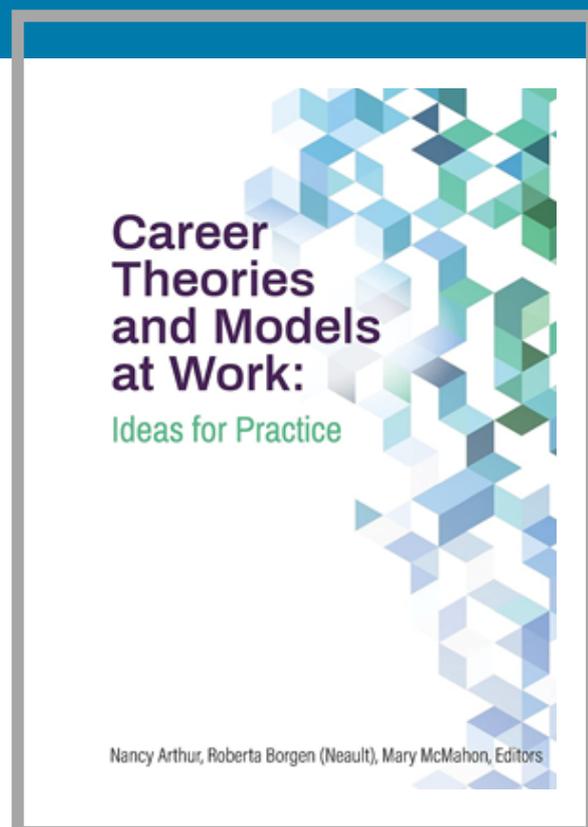
DENTRO DESTA EDIÇÃO:

- 1. Nota Editorial**
- 2. Sugestões**
- 3. À Conversa com...**
- 4. Nota de Pesar**
- 5. Tese de Doutoramento**
- 6. Eventos**



A Equipe APDC recomenda a leitura do livro "*Career Theories and Models at Work: Ideas for Practice*", editado por Nancy Arthur (*University of South Australia, University of Calgary*), Roberta Borgen (*formerly Neault, Life Strategies*) e Mary McMahon (*The University of Queensland*).

O livro foi desenvolvido para ajudar a tornar as teorias e modelos de carreira mais acessíveis e práticos por natureza. Cada um dos 43 capítulos apresenta uma teoria ou modelo diferente. Muitos dos capítulos foram escritos pelos autores originais da teoria ou modelo e/ou autores que têm conhecimento recente sobre as aplicações de pesquisa e prática. Os colaboradores incluem mais de 60 autores em 9 países diferentes, oferecendo uma ampla gama de perspectivas, incluindo teorias e modelos bem estabelecidos e algumas abordagens mais recentes.



Os capítulos foram desenvolvidos usando um formato semelhante com cinco seções. Cada capítulo começa com a visão geral dos autores sobre a teoria ou modelo, descrevendo os principais conceitos. Em segundo lugar, os autores do capítulo desenvolveram uma vinheta de caso original, como um estímulo para descrever as aplicações da teoria ou modelo. As vinhetas abrangem uma gama diversificada de populações e questões relacionadas à carreira, e muitos dos autores destacaram estratégias para lidar com desigualdades e justiça social. Em terceiro lugar, os autores do capítulo detalharam aplicações práticas para analisar a vinheta e insights para usar a teoria ou modelo em outros contextos. Em quarto lugar, os autores do capítulo resumiram até 10 pontos de prática, com o objetivo de fornecer aos profissionais de carreira pontos-chave para reflexão e aplicação em seus contextos de prática.





A Equipa APDC recomenda a leitura do livro "*Career Theories and Models at Work: Ideas for Practice*", editado por Nancy Arthur (*University of South Australia, University of Calgary*), Roberta Borgen (*formerly Neault, Life Strategies*) e Mary McMahon (*The University of Queensland*).

Em quinto lugar, os autores dos capítulos forneceram referências selecionadas de seus trabalhos anteriores e do conteúdo dos capítulos. O formato consistente dentro dos capítulos torna mais fácil para os leitores acompanhar a escrita e comparar e contrair o conteúdo entre as várias teorias e modelos.

Este é um livro útil para psicólogos que estão a dar os primeiros passos na prática do aconselhamento de carreira e, por isso, focados no desenvolvimento de conhecimentos sobre teorias e modelos e aprender como aplicá-los na prática. No entanto, profissionais experientes também podem se beneficiar de uma atualização sobre suas teorias e modelos favoritos e da expansão de seu repertório de abordagens mais recentes. Como tal, o livro é útil para estudantes e profissionais fortalecerem sua compreensão de como usar a teoria na prática.

*Este texto foi enviado pelo Doutor Paulo Cardoso,
a quem agradecemos a sua contribuição.*





Breve Biografia

O Professor Doutor Robert W. Lent é um notável Professor do Programa de Psicologia do Aconselhamento do Departamento de Aconselhamento, Educação Superior e Educação Especial da Universidade de Maryland. Os seus trabalhos têm como temas centrais a escolha de carreira e a tomada de decisão, inclusão de mulheres e estudantes de cor na área das STEM, autogestão e transições de carreira, satisfação académica e no trabalho, tecnologia e o futuro do trabalho. Os seus outros interesses de investigação incluem o treino e desenvolvimento de psicólogos, bem-estar emocional e bem-estar psicológico, processos de ajustamento de relacionamento e promoção de comportamentos saudáveis. É ainda membro da Divisão 17 (Psicologia do Aconselhamento) da Associação Americana de Psicologia (APA).



Em nome da Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira (APDC - www.apdc.eu), agradecemos a sua disponibilidade para responder a algumas questões a incluir na nossa Newsletter. É uma honra para a nossa associação e para a comunidade portuguesa poder contar com o seu contributo. Com base na sua experiência profissional, gostaríamos de lhe pedir que respondesse às seguintes questões sobre o seu percurso profissional e a sua visão sobre o estado e o futuro da área do aconselhamento e desenvolvimento de carreira.

On behalf of the Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira (APDC - www.apdc.eu), thank you for being available to answer some questions to be included in our Newsletter. It is an honor for our association and for the Portuguese community to be able to count on your contribution. Based on your professional experience, I would like to ask you to answer the following questions about your professional trajectory and views on the state and future of the counseling and career development field.



3. À CONVERSA COM... PROFESSOR ROBERT W. LENT

1. O QUE É QUE DESPERTA O SEU INTERESSE PELA ÁREA DA CARREIRA? HOUVE ALGUMA EXPERIÊNCIA OU PONTO DE VIRAGEM AO LONGO DO SEU PERCURSO QUE SUSTENTOU A SUA DEDIC A ESTA ÁREA?

A nível pessoal, cheguei à faculdade com a convicção de que me iria formar (isto é, especializar) em jornalismo, em grande parte porque me sentia um bom escritor e tinha gostado de trabalhar nos jornais da minha escola no primeiro e no último ano do liceu. Apenas havia um problema: a minha faculdade não oferecia um curso de jornalismo - um facto que, de alguma forma, não me tinha apercebido antes de chegar ao campus. Esta e várias outras experiências de vida (por exemplo, ter um padrasto com um historial profissional muito instável) ensinaram-me a importância do planeamento de carreira e da proatividade na exploração. Acabei também por descobrir que o aconselhamento de carreira e a investigação sobre o desenvolvimento da carreira poderiam ter um grande impacto e ser uma parte significativa da minha própria carreira.

2. NA SUA OPINIÃO, QUAL PODERIA SER O MAIOR CONTRIBUTO DA ÁREA DO ACONSELHAMENTO DE CARREIRA NO MUNDO ATUAL?

Ajudar os estudantes e os clientes a antecipar e a prepararem-se para as mudanças no mundo do trabalho.

1. WHAT STIMULATES YOUR INTEREST IN THE CAREER AREA? WAS THERE ANY EXPERIENCE OR TURNING POINT ALONG YOUR PATH THAT SUPPORTED YOUR DEDICATION IN THIS AREA?

On a personal level, I arrived at college believing that I would major (i.e., specialize) in journalism, largely because I felt I was a good writer and I had enjoyed working on my school newspapers in junior and senior high school. There was just one problem: my college did not offer a major in journalism – a fact I had somehow failed to notice before I arrived on campus. This and a number of other life experiences (e.g., having a stepfather with a very unstable work history) taught me the importance of career planning and proactive exploration. I also eventually found that doing career counseling and engaging in research on career development could be very impactful and a meaningful part of my own career.

2. WHAT DO YOU THINK COULD BE THE GREATEST CONTRIBUTION OF THE CAREER COUNSELING FIELD IN TODAY'S WORLD?

Helping students and clients to anticipate and prepare for changes in the world of work.





Por exemplo, já estamos a começar a ver o impacto generativo da inteligência artificial em várias áreas de trabalho (ex., escrita e revisão de textos). Penso que temos uma grande oportunidade de monitorizar estas mudanças - muitas delas relacionadas com os avanços tecnológicos - e ajudar os clientes a terem em conta as perspectivas profissionais (isto é, as previsões sobre o mercado de trabalho) das áreas que estão a considerar enveredar. Penso que também seria importante encorajarmos os clientes a encarar a mudança, incluindo períodos de interrupção do trabalho, como uma eventual parte do seu futuro de carreira. A "preparação para a carreira/vida" - encarar a sustentabilidade da carreira como um processo contínuo e não como um acontecimento isolado - pode ser uma boa forma de pensar sobre como podemos ser úteis aos clientes agora e no futuro.

3. TENDO EM CONTA AS MUDANÇAS SOCIAIS, ECONÓMICAS, POLÍTICAS E LABORAIS A NÍVEL MUNDIAL, QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS DESAFIOS QUE SE COLOCAM À NOSSA ÁREA?

Há duas coisas que me ocorrem: A primeira é mantermo-nos informados sobre estas mudanças, de modo a podermos comunicá-las aos nossos alunos e clientes. A segunda é considerar a melhor forma de tirar partido da tecnologia, como os *chatbots*, para alargar os nossos serviços a um maior número de estudantes e clientes.

3. À CONVERSA COM... PROFESSOR ROBERT W. LENT

For example, we are already beginning to see the impact of generative artificial intelligence on several lines of work (e.g., writing and copy-editing). I think we have a great opportunity to monitor such changes – many of them having to do with advances in technology – and help clients take into account the occupational outlook (i.e., labor market forecasts) of fields they are considering pursuing. I think it would also be valuable for us to encourage clients to see change, including periods of work disruption, as a likely part of their career futures. “Career/life preparedness” – viewing career sustainability as an ongoing process and not a one-time event – may be a good way to think about how we can be helpful to clients now and in the future.

3. TAKING INTO ACCOUNT THE GLOBAL SOCIAL, ECONOMIC, POLITICAL, AND LABOR CHANGES, WHAT ARE THE MAIN CHALLENGES AHEAD FOR OUR AREA?

Two things come to mind: The first is to stay informed about these changes so that we can communicate them to our students and clients. The second is to consider how we might better leverage technology, such as chatbots, to extend our services to larger numbers of students and clients.





3. À CONVERSA COM... PROFESSOR ROBERT W. LENT

Não acredito que precisemos de nos preocupar com a possibilidade de a tecnologia, como a inteligência artificial, substituir o aconselhamento de carreira nos próximos tempos. Pelo contrário, penso que existem grandes oportunidades para contribuirmos no desenvolvimento de melhores sistemas de integração dos nossos serviços humanos com as funcionalidades dos computadores, da *Internet*, dos telemóveis e das redes sociais. Por exemplo, consigo imaginar sistemas mais sofisticados para avaliar os interesses, talentos e valores dos clientes de uma forma contínua, como parte da sua presença *online* - e depois ajudá-los a utilizar esta informação para explorar novas e emergentes possibilidades de carreira e educação. A exploração intencional de carreira pode ser árdua e, por isso, muitas pessoas (incluindo eu próprio) tendem a evitá-la e a dedicar-lhe o mínimo de tempo possível. A tecnologia pode tornar a aprendizagem sobre o nosso "*self*" profissional e as nossas potenciais opções profissionais muito mais interessantes e menos exigentes do que tem sido até ao momento profissional e as nossas potenciais opções profissionais muito mais interessantes e menos exigentes do que tem sido até ao momento.

I don't think we need to worry about technology, such as artificial intelligence, replacing career counseling anytime soon. Rather, I think there are great opportunities for us to help develop better systems for integrating our human services with the things that computers, the internet, cellphones, and social media can do so well. For example, I can imagine more sophisticated systems for assessing clients' interests, talents, and values in an ongoing way, as a part of their online presence - and then helping them use this information to explore new and emerging career and educational possibilities. Intentional career exploration can be arduous, and so a lot of people (myself included) tend to avoid it and to spend as little time at it as possible. Technology can make learning about our career selves and our prospective career options a whole lot more engaging and less effortful than it has been up to now.





3. À CONVERSA COM... PROFESSOR ROBERT W. LENT

4. COM BASE NA SUA EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL, QUAL SERIA O SEU CONSELHO PARA OS INVESTIGADORES E NOVOS PROFISSIONAIS NA ÁREA?

A forma como atualmente formamos profissionais e investigadores tem funcionado bem no nosso domínio. No entanto, isto pode não ser suficiente para um futuro de carreira que será progressivamente afetado por acontecimentos globais (ex., alterações climáticas, mudanças macroeconómicas) e avanços tecnológicos. Gostaria de incentivar aqueles que estão a entrar agora na nossa área a estarem atentos a essas mudanças e às suas implicações para si próprios e para aqueles que ajudam e estudam. Considero que a missão atual desta área contribui para a preparação para a carreira e para a vida, a par dos nossos pontos fortes tradicionais de adequação pessoa-ambiente. Penso que a escolha da carreira deve ser vista como um processo contínuo, porque as mudanças vão continuar a acontecer e não podemos antecipar todas as formas que podem assumir no momento em que os estudantes e os clientes fazem uma primeira escolha de carreira e entram no mundo do trabalho.

4. BASED ON YOUR PROFESSIONAL EXPERIENCE, WHAT WOULD BE YOUR ADVICE FOR RESEARCHERS AND NEW PROFESSIONALS IN THE AREA?

The way we currently train career practitioners and researchers has worked well for our field. However, this may not be good enough for a career future that will be increasingly affected by global events (e.g., climate change, macroeconomic shifts) and technological advances. I would encourage those going into our field now to be vigilant to such changes and their implications for themselves and those they help and study. I like thinking about the field's current mission as one that builds career/life preparedness on top of our traditional strengths at person-environment matching. I think career choice needs to be viewed as an ongoing process because change will keep happening and we can't possibly anticipate all the forms it may take at the point where students and clients make an initial career choice and enter the world of work.





**3. À CONVERSA COM...
PROFESSOR ROBERT W. LENT**

**5. PARA CONCLUIR, NA SUA OPINIÃO,
QUAIS CONSIDERA SEREM AS MISSÕES E
OBJECTIVOS MAIS IMPORTANTES QUE A
NOSSA ASSOCIAÇÃO (APDC) DEVE
ADOTAR?**

Resumindo, penso que será importante para nós a monitorização das grandes mudanças que podem e irão afetar o contexto das escolhas, mudanças e desenvolvimento de carreira - e procurar formas de utilizar as tecnologias na preparação dos clientes para essas grandes mudanças. Para tal, teremos de encarar a tecnologia não como uma ameaça existencial para a nossa área, mas antes como um aliado - como um conjunto de ferramentas que nos podem ajudar a chegar a um maior número de pessoas do que o que fazemos atualmente, com os nossos modelos predominantes de orientação e aconselhamento de carreira, um a um e em pequenos grupos.

**MUITO OBRIGADO PELA SUA
DISPONIBILIDADE E COLABORAÇÃO.**

**5. TO CONCLUDE, IN YOUR OPINION,
WHAT DO YOU CONSIDER TO BE THE
MOST IMPORTANT MISSIONS AND
OBJECTIVES THAT OUR ASSOCIATION
(APDC) SHOULD ADOPT?**

To summarize, I think it will be important for us to monitor larger changes that can and will affect the context of career choice, change, and development – and to look for ways to use technology to prepare clients for these larger changes. To do that, we will need to see technology not as an existential threat to our field but rather as an ally – as a set of tools that can help us to reach larger numbers of people than we do now with our predominant one-on-one and small group models of career guidance and counseling.

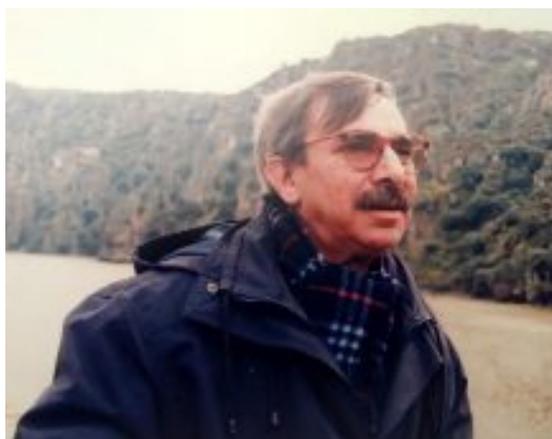
**THANK YOU VERY MUCH FOR YOUR
AVAILABILITY AND COLLABORATION.**





Doutor Joaquim Luís Imaginário

Joaquim Luís Imaginário foi professor da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, nas áreas da Psicologia da Orientação Vocacional e da Educação e Formação de Adultos. Esteve na Assembleia de Representantes da Faculdade. Foi também um dos importantes arquitetos do sistema de RVCC em Portugal. Desenvolveu atividades profissionais de relevo no Instituto de Emprego e Formação Profissional, na Comissão de Coordenação da Região Norte, no Gabinete de Educação Tecnológica, Artística e Profissional. Trabalhou com o Secretário de Estado da Orientação Pedagógica e como Adjunto do Secretário de Estado dos Ensinos Básico e Secundário. Foi consultor acreditado por várias organizações internacionais (Comissão Europeia, CEDEFOP, OCDE). Escreveu e publicou diversos textos em que aborda os problemas centrais dos nossos sistemas de educação e de formação.



"Recordo com um sorriso e boas memórias, o Doutor Luís Imaginário, um colega na FPCE-UP de convívio fácil, um formador estudioso, reflexivo, muito organizado, exigente, sempre a ferver, mas bem disposto, com uma visão muito adequada do desenvolvimento de carreira e da interação neste domínio; e sendo a sua instituição de base, o Instituto de Emprego e Formação Profissional, é notável o valor que sempre atribuiu à Psicologia, nesse âmbito."

Este texto foi enviado pela Doutora Maria do Céu Taveira, a quem agradecemos a sua sentida homenagem.



Em janeiro de 2023 a Doutora Susana Gonçalves defendeu a sua tese de doutoramento intitulada “ Fatores sociocognitivos da gestão pessoal da carreira em adultos empregados e desempregados”, na Escola Psicologia da Universidade do Minho. Teve como orientadora a Professora Doutora Maria do Céu Taveira.

A APDC felicita a recém doutorada assim como a sua orientadora!

Resumo

A Gestão Pessoal da Carreira é um processo contínuo de reflexão sobre si próprio e sobre as oportunidades, através do qual as pessoas gerem a sua vida pessoal e profissional, definindo objetivos e tomando decisões sobre diferentes situações do quotidiano. Compreender os fatores que influenciam este processo, permite lidar de forma mais eficaz com os problemas e desafios da carreira. Mudanças profundas nas organizações, desde os modelos flexíveis de trabalho, a subcontratação de trabalho e de trabalhadores, e a redução de trabalhadores, exigem cada vez mais, dos indivíduos, comportamentos adaptativos de gestão pessoal da carreira. Nesta perspetiva, avaliamos a utilidade do modelo sociocognitivo da gestão pessoal da carreira aplicado aos comportamentos de exploração e decisão em adultos portugueses empregados e desempregados. Participaram no estudo 237 pessoas (100 homens e 137 mulheres), com idades entre 25 e 64 anos ($M = 49.27$; $DP = 6.56$), dos quais, 111 empregados e 126 desempregados com residência e inscrição em centros de emprego nas diferentes regiões do país. Os resultados obtidos através de uma análise de caminhos permitiram verificar que o modelo sociocognitivo de gestão pessoal da carreira é válido para grupos da população portuguesa empregada e desempregada. Este estudo, pela sua natureza, complementa as investigações mais recentes de aplicação do modelo à exploração e tomada de decisão da carreira, podendo constituir uma base teórica útil para futuras análises e intervenções da carreira em adultos.

Palavras-chave: comportamentos adaptativos, decisão da carreira, exploração da carreira, gestão pessoal da carreira, teoria sociocognitiva.





Eventos Futuros

30, 31 de agosto e 1 de setembro de 2023

XVII Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia
(Corunha, Espanha)

19, 20, 21 e 22 de setembro de 2023

Congresso Internacional de Psicologia
(Maputo, Moçambique)

17, 18 e 19 de outubro de 2023

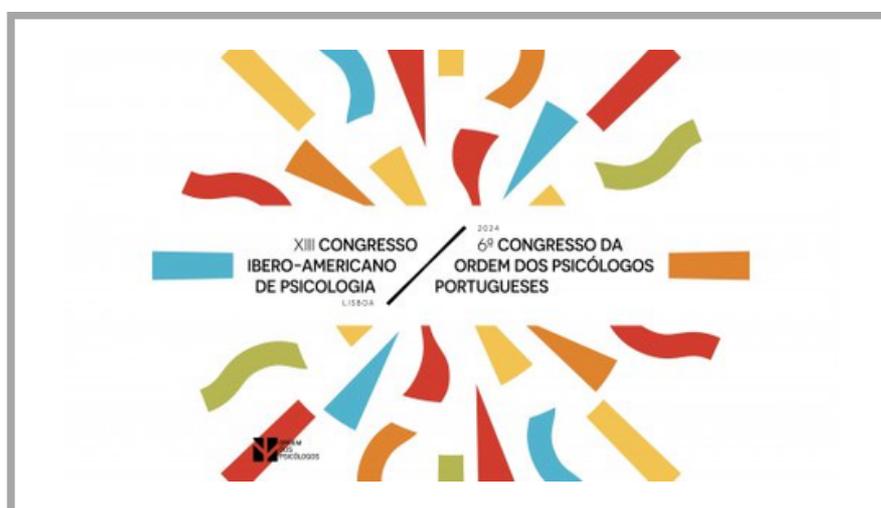
14th ICEEPSY The International Conference on Education and Educational Psychology

13, 14 e 15 de novembro de 2023

16th annual International Conference of Education, Research and Innovation
(Sevilha, Espanha)

25, 26 e 27 de setembro de 2024

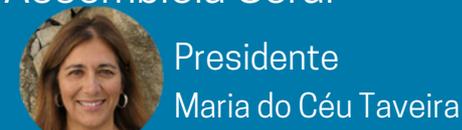
XIII Congresso Ibero-americano de Psicologia e 6º Congresso da Ordem dos Psicólogos Portugueses
(Lisboa, Portugal)





A NOSSA EQUIPA

Assembleia Geral



Conselho Fiscal



Direção



Associação Portuguesa Para o Desenvolvimento da Carreira

TORNE-SE SÓCIO/A!

1.º PASSO: PREENCHA A FICHA DE PRÉ-INSCRIÇÃO.

INDIVIDUAL

COLETIVA

2.º PASSO: ANEXE O SEU CURRÍCULO E UMA
DECLARAÇÃO DE INTENÇÕES.

CONTACTOS

GERAL@APDC.EU
INSCRICOES@APDC.EU
EDICOES@APDC.EU

EDIFÍCIO DA ESCOLA DE PSICOLOGIA, UNIVERSIDADE
DE BRAGA (CAMPUS DE GUALTAR) 4710-057, BRAGA

SIGA-NOS EM...

WWW.APDC.EU

HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/WWW.APDC.EU/

ESTA NEWSLETTER FOI ELABORADA POR: CÉLIA
SAMPAIO, INÊS DE CASTRO E ANA DANIELA SILVA.

