



# Relação entre escolha profissional, vocação e nível de estresse em estudantes do ensino médio

## *Relationship between career choice, vocation and stress level in high school students*

Luiz Ricardo Vieira Gonzaga<sup>[a]</sup>, Marilda Emmanuel Novaes Lipp<sup>[b]</sup>

<sup>[a]</sup> Mestrando em Psicologia como Profissão e Ciência pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas), Campinas, SP - Brasil, e-mail: luiz.rvg1@puccampinas.edu.br

<sup>[b]</sup> Doutora, professora titular da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas), Campinas, SP - Brasil, e-mail: marildalipp@puc-campinas.edu.br

Recebido: 15/12/2011  
Received: 12/15/2011

Aprovado: 04/10/2012  
Approved: 10/04/2012

### Resumo

A escolha profissional se constitui como um processo contínuo composto de decisões tomadas ao longo de vários anos da vida. Deve-se considerar que a escolha é multifatorial, confirmando sua complexidade. Esses fatores dominam as preocupações de adolescentes antes da tomada de decisão, sendo que o processo decisório com a proximidade da escolha da profissão pode desencadear sintomas de estresse. O objetivo deste estudo foi verificar a relação entre escolha, vocação e estresse em estudantes na fase de escolha profissional. Para isso foram avaliados 37 adolescentes, grupo constituído de 23 mulheres (62,16%) e 14 homens (37,84%), com idade média de 16 anos, que responderam ao Questionário de Busca Autodirigida (SDS), o Inventário de Sintomas de Stress (ISSL) e o questionário de autoavaliação profissional. Os resultados indicaram que 72,97% da amostra tinham estresse. Na análise, referente à congruência entre a tipologia profissional avaliada pelo Self-Directed Search e a escolha profissional do candidato, foi apontada uma percentagem de 56,76% para congruência e 43,24% para incongruência. Foram encontradas diferenças significativas ao se comparar a congruência entre a escolha e vocação com o gênero dos participantes, sendo que as mulheres apresentaram menor congruência entre a escolha e perfil vocacional. Pode-se concluir que as inúmeras variáveis que influenciam o desenvolvimento sociocognitivo do jovem podem se tornar agentes estressores na escolha profissional.

**Palavras-chave:** Escolha profissional. Vocação. Adolescentes. Estresse.

### Abstract

*Career choice is a decision making process that happens often in the life of an individual. It may be taken into account that the choice is multifactorial, which confirms that the selection process is quite complex. Those factors are the main concerns of adolescents before making an important choice, and it may result in stress symptoms. This research aimed at investigating the relationship between choice, vocation and stress in students who have to choose a career. In order to do that, 37 adolescents were evaluated, a group of 23 women (62.16%) and 14 men (37.84%), with a mean age of 16 years. They answered the Self-Directed Search Questionnaire (SDS), Lipp Inventory of Stress Symptoms (LISS) and the career self-evaluation questionnaire. The results indicated that 72.97% of adolescents in the sample were stressed. In the analysis concerning the*

*congruence between the professional type assessed by the Self-Directed Search and the students' career choice, it was observed a percentage of 56.76% for congruence and 43.24% of incongruence. Relevant differences were found when comparing the congruence between the choice and vocation to the gender of the participants. Female students presented less congruence between the choice and vocational profile. It was concluded that the uncounted variables that influence the socio-cognitive development of adolescents may become stressor agents in career decision-making. [#]*

**Keywords:** Career choice. Vocation. Adolescents. Stress.

## Introdução

A situação de escolha profissional não se refere a um ato isolado, ela se constitui como um processo contínuo composto de decisões tomadas ao longo de vários anos da vida, com o qual o indivíduo precisará lidar em um dado momento (Filomeno, 2005; Neiva, 2007). Tal processo é característico na adolescência pelo fato de o jovem se confrontar com uma série de escolhas que definirão seu futuro, entre elas a profissional (Almeida & Pinho, 2008).

Na tentativa de realizar a escolha correta, facilmente se nega o fato de que, no decorrer da vida profissional, o ser humano enfrentará, outras vezes, novas situações de decisão, as quais poderão levá-lo por novos rumos até então nem sequer por ele pensados (Mansano, 2003). Neste sentido, toda decisão envolve dificuldades porque implica em escolhas, sendo que, na área profissional, o grau de dificuldade aumenta pelo fato de existirem inúmeras áreas que podem ser escolhidas e consideradas pelo jovem dentro da mesma profissão (Lemos & Ferreira, 2004; Moura, 2008).

Assim sendo, a escolha profissional torna-se um momento difícil para o jovem, pois além de ter que enfrentar uma série de dificuldades próprias da adolescência, como mudanças físicas, cognitivas, morais e sociais, ele se confronta ainda com mais uma questão que seria a decisão profissional, o que faz dessa escolha um momento crítico (Filomeno, 2005; Moura 2008). "Torna-se inegável, portanto, que a decisão profissional entrelaça-se com todas as outras áreas da vida do indivíduo" (Dias, 1995, p.73). Desta forma, a escolha não se remete apenas à decisão do que fazer, mas ao que indivíduo quer ser, interferindo nos seus valores, estilo ou modo de vida (Neiva, 2007).

Para muitos jovens, este processo se formaliza através da busca pela aprovação no vestibular,

que é um ritual de passagem para os jovens, uma barreira a ser transposta, marcado também pelo encerramento do ensino médio e a expectativa de inserção no ensino superior, considerado como um dos processos que separa a adolescência da vida adulta (Peruzzo et al., 2008; Paggiaro & Calais, 2009). Marcadamente, esse processo é acompanhado pela escolha profissional que, obviamente, faz parte desta etapa (Afonso, 2010). Essa escolha será vivenciada como a escolha do futuro (Boholavsky, 2003).

Grande pressão é exercida sobre o estudante neste período de transição que, com frequência, é acompanhado pelo medo do fracasso ou das consequências de escolhas malsucedidas. O processo de seleção é visto pelo jovem como angustiante, pois, muitas vezes, desfavorece pessoas capacitadas que não conseguem expressar todo seu potencial cognitivo e dedicação em apenas um dia de prova (Paggiaro & Calais, 2009).

Na medida em que o ano letivo avança, os sintomas podem se tornar mais prevalentes. Alguns autores caracterizam essa fase como "efeito guilhotina" que seria o terror psicológico que contagia e cresce na proporção em que a data do exame se aproxima. Assim, o exame vestibular pode ser considerado, para o estudante, como um exemplo de grande gerador de estresse duradouro, que se expressa através de tensão prolongada, diminuição de memória, irritabilidade, sonolência e perda de concentração. Um dos efeitos é o estresse intenso, capaz de gerar importantes efeitos psicopatológicos nos candidatos (Paggiaro & Calais, 2009; Peruzzo et al., 2008).

Em um estudo realizado por Peruzzo et al. (2008) com uma amostra de 141 alunos, com idades entre 18 e 24 anos, procurou-se investigar a relação entre o vestibular e as possíveis manifestações de estresse. Foi utilizado um questionário sociodemográfico e o Inventário de Sintomas de Stress para

Adultos de Lipp (ISSL). As informações foram coletadas intencionalmente no mês e sua proximidade com o vestibular. Verificou-se, então, uma alta taxa de pré-vestibulandos estressados com 61,7%, com estresse predominantemente na forma psicológica e 38,3% sem estresse. Os dados mostraram que o vestibular tende a gerar casos de estresse.

Destarte, Machado, em uma análise com 750 alunos em cinco estados brasileiros, apontou que 92% deles enfrentavam problemas de estresse cognitivo e somático nos períodos que antecediam a realização das provas (Machado 1999 citado por Paggiaro & Calais, 2009).

Nesta mesma direção, outra pesquisa realizada por Paggiaro e Calais (2009) descreveu e discutiu sobre manifestações de estresse em alunos de curso pré-vestibular e sua relação com a escolha profissional. Os resultados obtidos apontaram que 67,7% dos jovens que participaram da pesquisa apresentaram manifestações de estresse, segundo os critérios propostos pelos dados normativos do ISSL. Entre os estressados, 37,5% eram homens e 79,2%, mulheres.

A literatura é ampla no que se refere ao estresse em adultos e crianças, mas poucos estudos têm se dedicado à investigação do estresse do adolescente, sendo que apenas recentemente tem-se dado mais atenção a esse público (Tricoli, 2010; Calais, Andrade & Lipp, 2003). Considerando-se que o adolescente e o jovem adulto se constituem uma população suscetível e influenciável às estimulações externas psicossociais, conhecer como o estresse se manifesta neste grupo é essencial para uma futura elaboração de procedimentos eficazes (Calais, Andrade & Lipp, 2003).

Tricoli (2010) aponta que a prevalência de estresse na adolescência pode estar relacionada a fatores internos e externos, da mesma forma que ocorrem com adultos e crianças. Torna-se claro que mudanças significativas são geradoras de estresse para os indivíduos, independentemente da faixa etária, pois promovem uma quebra da alostase do organismo. São fontes externas de estresse encontradas mais comumente entre os adolescentes: responsabilidades excessivas; mudanças significativas ou frequentes; excessos de atividades; exigência ou rejeição por parte dos colegas; morte na família; separação dos pais ou brigas frequentes; conflitos com os pais; certos métodos de ensino escolar; doença e hospitalização; perda da condição de vida;

vestibular; escolha profissional; punições legais; disciplina confusa em casa e na escola; punições injustas; conflito com o namorado(a); rejeição do par romântico; pais e professores estressados.

Os fatores externos desencadeiam o estresse, mas em muitos casos é o próprio adolescente que o cria, por meio de características pessoais, de sua história de vida e mensagens de socialização recebidas desde a infância. Esses fatores são definidos por fontes internas de estresse que ocorrem no interior do indivíduo e que geram um modo específico de pensar, sentir e agir que origina, consequentemente, o estresse. São elas: ansiedade, timidez, autoestima, insegurança, desejo de agradar, medo do fracasso, preocupação com as mudanças físicas, dúvidas quanto à inteligência, capacidade, beleza etc.; medos relacionados à exposição ou rejeição social; sentimento de injustiça sem ter como se defender; desacordo entre as expectativas e exigências de sucesso e o verdadeiro potencial. Tais fatores influenciam o jovem que está em processo de escolha profissional, podendo implicar em um adiamento ou dúvida na tomada de decisão, o que resulta em prejuízo na fase do vestibular.

Dessa forma, torna-se importante a realização de estudos relacionados à escolha profissional, ao processo seletivo do vestibular, ao período de ingresso na faculdade e à entrada na vida adulta, a fim de ampliar o campo de conhecimento dessa área. Sugerir formas de estudo e metodologias alternativas pode auxiliar na diminuição dos danos sociais e psicológicos que esse momento da vida tende a provocar, bem como produzir conhecimentos contextualizados, que podem analisar e sugerir ações que favoreçam a aquisição de hábitos adequados de estudo e de autocuidado (Peruzzo et al., 2008). Por fim, estudos sobre o vestibulando, seus anseios, medos e ansiedades anterior ao exame são necessários para que se sejam propostas estratégias positivas de enfrentamento de tal situação (Paggiaro & Calais, 2009).

## Método

A amostra no presente trabalho foi constituída de 23 mulheres (62,16%) e 14 homens (37,84%), perfazendo um total de 37 participantes. Os participantes estavam na faixa etária de 15 e 18 anos, com idade média de 16 anos, DP = 0,64. A maioria

dos participantes tinha entre 16 anos (40,54%) e 17 anos (35,14%). Participaram da pesquisa os estudantes de duas salas do ensino médio de uma escola particular do interior de São Paulo, sendo uma sala do 2º ano e a outra do 3º ano. A série com o maior número de participantes foi o 2º ano (64,86%), seguida do 3º ano (35,14%). Os instrumentos utilizados foram o Questionário de Autoavaliação da Escolha Profissional adaptado ao modelo de Questionário de Escolha Profissional, de Gabaldi (2002), do Instrumento de pré e pós-intervenção, de Moura (2008), baseado no modelo de Vasconcelos, Oliveira e Carvalho, e do instrumento de avaliação das perspectivas de futuro entre adolescentes de Oliveira, Pinto e Souza (2003); o Self-Directed Search (SDS) traduzido como Questionário de Busca Autodirigida, que sistematiza uma tipologia profissional, e proposto por seis tipos: Realista (R), Investigativo (I), Artístico (A), Social (S), Empreendedor (E) e o Convencional (C), chamada de RIASEC, que dependerá de uma série complexa de acontecimentos familiares, preferências ocupacionais e interações com contextos ambientais específicos (Godoy et al., 2008; Sartori et al., 2009) e pelo Inventário de Sintomas de Stress para Adulto – ISSL (2005), que avaliou a presença de estresse, seus sintomas e o nível destes.

## Resultados

Verificou-se no estudo que 72,97% dos participantes estavam estressados, sendo que 64,86% da amostra se encontravam na fase de Resistência e 27,03% não apresentavam estresse. Observou-se que as mulheres apresentaram uma maior incidência de estresse (70,37%) quando comparadas aos sujeitos do sexo masculino (29,63%), embora a diferença entre eles não tenha sido significativa quando analisada pelo Teste Exato de Fisher ( $p = 0,132$ ).

Em relação à análise descritiva dos dados obtidos no SDS, a amostra apresentou uma prevalência do tipo Artístico (46%), enquanto que a prevalência mais baixa foi do tipo Realista (34%).

No que se refere ao nível de maturidade do respondente para a escolha profissional, observou-se que 36% dos adolescentes da amostra estavam quase decididos em relação à escolha da profissão, 23% já haviam efetuado a escolha profissional e 23% estavam indecisos.

A Tabela 1 apresenta os motivos subjacentes à escolha profissional fornecidos pelos entrevistados.

**Tabela 1 - Critérios para a escolha profissional**

Escolha	Frequência	Porcentagem
Afinidade e interesse pela área	35	45%
Interesse pela área	17	23%
Ganho Financeiro	11	14%
Campo de Trabalho	6	8%
Algum ente familiar reconhecido na mesma área de trabalho	4	5%
Formações através de recursos midiáticos	2	3%
Pressão familiar	1	1%
Influência de amigos	1	1%
Valorização social	0	0%
Orientação Profissional	0	0%
Facilidade de acesso à aprovação	0	0%

Em relação às expectativas futuras dos participantes diante da escolha do curso, a Tabela 2 apresenta os resultados das respostas assinaladas.

**Tabela 2 - Expectativa do curso escolhido**

Expectativa	Frequência	Porcentagem
Preparo para o mercado de trabalho	26	51%
Aprofundamento teórico, visando à prática	13	25%
Enriquecimento intelectual e cultural	8	16%
Um meio para aquisição de conhecimentos	4	8%

Na análise feita da congruência entre o SDS e a escolha profissional do participante foi apontada uma porcentagem de 56,76% para congruência e 43,24% para incongruência.

Sobre os critérios de tomada de decisão em relação aos processos de escolha profissional, 70% avaliaram todas as possibilidades, escolhendo uma; 20% agem por impulso e 10% adiam a decisão.

No que concerne à análise comparativa entre congruência e sexo foram encontradas diferenças significativas, sendo que as respondentes do sexo feminino apresentaram menor congruência (81% da amostra) que os do sexo masculino (19%), entre a escolha e perfil vocacional pela análise do teste qui-quadrado ( $X^2 = 4$ , GL = 1, P = 0.037).

## Discussão

O primeiro aspecto a ser apontado corresponde à incidência de estresse nos jovens. A amostra total correspondeu a 72,97% com estresse, sendo 70,37% de mulheres e 29,63% de homens. Embora a diferença não tenha sido significativa, esta diferença entre homens e mulheres foi apontada nos estudos de Calais et al. (2003), que pesquisou sintomas de estresse em adultos jovens, relacionando-os com o sexo e ano escolar em curso; os resultados apontados nesse estudo mostram uma correlação significativa entre sexo e nível de estresse ( $p < 0,0001$ ), sendo que as mulheres apresentaram maior nível de estresse em todos os grupos avaliados. Em outro estudo realizado por Paggiaro e Calais (2009), no qual foram analisadas manifestações de estresse em adolescentes e sua relação com a escolha profissional foi apontada uma incidência de 67,7% dos jovens com estresse e, entre os estressados, 37,5% eram homens e 79,2% mulheres, o que reforça os resultados obtidos da amostra estudada.

A alta incidência do comportamento na população estudada pode ser explicada também pela própria faixa etária dos estudantes que tinham entre 15 e 18 anos com DP = 0,64. A maioria tinha entre 16 anos (40,54%) e 17 anos (35,14%).

Com relação aos dados referentes à tipologia profissional dos estudantes, a amostra apresentou uma prevalência do tipo Artístico (A) com 46%, e a prevalência mais baixa foi do tipo Realista (R) com 34%. Sujeitos artísticos utilizam os sentimentos, emoções, intuições e imaginação para enfrentar as situações cotidianas e preferem trabalhar com coisas mais abstratas, a partir das quais podem usar a criatividade, havendo a preferência por atividades não corriqueiras. Já aqueles do tipo realista são sujeitos que preferem os problemas concretos aos abstratos; percebem-se como pouco sociáveis e possuem valores políticos e econômicos convencionais (Primi et al., 2010; Sartori et al., 2009).

Na análise referente à congruência entre a tipologia profissional avaliada pelo SDS e a escolha profissional do candidato, foi apontada uma percentagem de 56,76% para congruência e 43,24% para incongruência. Vale destacar que as tipologias profissionais descritas pelo RIASEC são produto da interação entre uma variedade de fatores pessoais e culturais, sendo que a partir dessa experiência, o indivíduo aprende primeiramente a

preferir algumas atividades em detrimento de outras. A consequência disso seria que as atividades preferidas se transformariam em interesses (Sartori et al., 2009). Pode-se inferir que indivíduos com alta congruência entre a tipologia profissional e a escolha pretendida teriam um grau de consistência alta, pois integrariam seus interesses, valores e percepções acerca da escolha profissional, estando mais propensas a escolher a profissão de acordo com seu perfil tipológico. Para Holland (1996 citado por Nunes et al., 2008), os indivíduos apresentam-se mais satisfeitos e estáveis se o meio ambiente em que vivem for congruente com sua personalidade, ressaltando a importância dessas escolhas na promoção da saúde mental e na qualidade de vida no trabalho desses estudantes. Godoy et al. (2008) alertam que essa congruência não se trata de uma perspectiva determinista que irá determinar uma profissão a partir da habilidade do sujeito, mas sim de capacitá-lo através do seu autoconhecimento a explorar as possibilidades vocacionais e realizar escolhas apropriadas a seus interesses, valores e outras variáveis importantes para a tomada de decisão.

Com relação ao nível de certeza para a escolha profissional, os respondentes mostraram-se quase decididos (36%), sendo que 23% da amostra já tinha feito a escolha profissional, igualmente com 23% que estava indecisa. Já em relação aos critérios de tomada de decisão dos candidatos, 70% avaliaram todas as possibilidades escolhendo uma, 20% agiram por impulso e 10% adiaram a decisão.

Magalhães e Redivo (1998) afirmam que, no contexto atual, vive-se um momento no qual as decisões sobre a carreira são cada vez mais frequentes e necessárias, visto que as variações no contexto socioeconômico e tecnológico de nossa civilização aceleram-se constantemente, exigindo contínuas adaptações. "Por isso, é importante que o jovem conheça as várias profissões, a si mesmo e as influências que atuam sobre ele para poder fazer uma escolha satisfatória." (Lara et al., 2005, p.58).

Em relação a esse aspecto e aos motivos subjacentes à escolha profissional por um dado curso, a amostra apresentou uma prevalência de 45% à afinidade e interesse pela área, interesse pela área com 23% e ganho financeiro com 14%. É fundamental que o indivíduo considere tanto as suas características pessoais quanto as características da

opção escolhida, indo ao encontro dos seus interesses profissionais diante da realidade do mercado de trabalho (Primi et al., 2000).

Nas expectativas referentes ao curso escolhido, 51% da amostra sinalizaram preparação para o mercado de trabalho e 25% corresponderam ao aprofundamento teórico visando à prática. Contudo, a inserção do profissional no mercado de trabalho não está somente atrelada apenas ao diploma superior, mas também às características pessoais, competências específicas, redes de relações sociais e capacidade de se adaptar a diferentes demandas de trabalho, exigindo um investimento cada vez mais alto no tempo de preparo para o ingresso na atividade profissional. Os mesmos autores afirmam ainda que o grau de comprometimento do indivíduo será revelado primeiramente na sua preparação para a transição ao ensino superior, nas expectativas ligadas ao curso e ao envolvimento com as atividades curriculares e extracurriculares (Teixeira & Gomes, 2004; Bueno et al., 2004).

No entanto, ao se comparar a congruência entre a escolha e a vocação com o gênero dos participantes foram encontradas diferenças significativas, sendo que as respondentes mulheres apresentaram menor congruência entre a escolha e o perfil vocacional.

Salienta-se que a amostra geral foi constituída por um número maior de mulheres (que apresentaram um nível de estresse superior ao dos homens). Embora a diferença não tenha sido significativa, infere-se que o estresse influencia o nível de tomada de decisão do sujeito representado no teste ISSL como sintomas psicológicos. A incerteza da escolha profissional relacionada à maturidade vocacional implica uma incongruência na tipologia profissional do sujeito que se depara com o vestibular, deduzido por Calais et al. (2003) como um estressor de grande porte. A mesma autora relata que recentes pesquisas indicam que diferenças sexuais na vulnerabilidade são altamente específicas e dependem do tipo de estressor e desordem envolvidos.

Salienta-se, assim, que alguns estressores como influência familiar, grupo de amigos e mídia influenciam os indivíduos em diferentes contextos, independentemente das diferenças sexuais, pois o impacto desses estressores irá depender da interpretação dada a eles, bem como dos recursos emocionais dispostos de cada um.

## Considerações Finais

Os resultados da presente pesquisa confirmam estudos na área e apontam a adolescência como uma fase suscetível ao estresse. O desencadeamento e agravamento dos sintomas dependerão das estratégias de enfrentamento (*coping*) que o indivíduo usará para readaptar-se ao ambiente, fato confirmado por pesquisas da área e dados da literatura.

Na fase da escolha profissional, o adolescente vivencia tempos turbulentos. A perspectiva do mercado de trabalho que exige indivíduos competitivos, habilidosos e competentes incita o jovem a fazer sua escolha profissional de acordo com seu nível de conhecimento acerca da profissão, da sua maturidade para a escolha e a realização pessoal e financeira que poderá ter futuramente.

Portanto, a escolha torna-se um momento difícil para o jovem, pois a tomada de decisão virá acompanhada da consciência do papel que ele irá desempenhar como profissional na sociedade. Assim é necessário que haja compatibilidade entre a escolha profissional e o perfil tipológico e, também, que exista um ambiente em que ele se sinta seguro, acolhido e satisfeito.

Neste caso, a necessidade de um orientador profissional torna-se fundamental durante o processo de desenvolvimento vocacional/profissional do jovem que sofre influências de diversas fontes como a escola, família, grupo de amigos entre outros. O processo de orientação profissional desenvolvido por um profissional possibilitará ao adolescente o esclarecimento das profissões, do mercado de trabalho e principalmente do autoconhecimento, das habilidades, afinidades e as competências do sujeito, levando-o a superar suas indecisões. Adicionalmente, existe a necessidade de se trabalhar com o esclarecimento e o acompanhamento da maturidade desse jovem diante da carreira profissional, de modo a minimizar o impacto dos estressores internos e externos no adolescente e na sua escolha profissional.

## Referências

- Afonso, J.R. (2010). O stress na adolescência e a escolha profissional. In V. A. C. Tricoli (Org.). *Stress na adolescência: problema e solução*. (pp. 97-106). São Paulo: Casa do Psicólogo.

- Almeida, M. E. G. G., & Pinho, L.V. (2008). Adolescência, família e escolhas: implicações na orientação profissional. *Psicologia Clínica*, 20(2), 173-184. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-56652008000200013>
- Bohoslavsky, R.(2003). *Orientação Vocacional: a estratégia clínica*. São Paulo: Martins Fontes.
- Bueno, J. M. H., Lemos, C. G., & Tomé, F. A. (2004). Interesses profissionais de um grupo de estudantes de psicologia e suas relações com inteligência e personalidade. *Psicologia em Estudo*, 9(2), 271-278. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722004000200013>
- Calais, S. L, Andrade, L. M. B; & Lipp, M. E. N. (2003). Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de stress em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16(2), 257-263. Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/prc/v16n2/a05v16n2>
- Dias, M. L.(1995). Família e escolha profissional. In A. M. Bock (Org.). *A escolha profissional em questão*. (pp.71-77) São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Filomeno, K. (2005). *Mitos familiares e escolha profissional: uma visão sistêmica*. São Paulo: Vetor.
- Godoy, S., Noronha, A. P. P., Ambiel, R. A. M., & Nunes, M. F. O. (2008). Instrumentos de inteligência e interesses em orientação profissional. *Estudos de Psicologia*, 13(1), 75-81. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2008000100009>
- Gabalardi, V. M. (2002). *Formação de identidade: implicações na escolha profissional*. Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, SP, Brasil.
- Lara, L. D., Araújo, M. C. S., Lindner, V., Santos, V. P. L. S. (2005). O adolescente e a escolha profissional: compreendendo o processo de decisão. *Arquivos de Ciências da Saúde Unipar*, Umarama, 9(1), 57-61. Retirado de <http://revistas.unipar.br/saude/article/view/1356/1207>
- Lemos, C. G., & Ferreira, M. F. (2004). Geração zapping e escolha profissional. In Z. B. Vasconcelos, & I. D. Oliveira (Org.). *Orientação Vocacional: alguns aspectos teóricos, técnicos e práticos*. (1. ed., pp. 51-60). São Paulo: Vetor.
- Lipp, M.E.N.(2005). Inventário de Sintomas de Stress. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Magalhães, M.; Redivo, A.(1998). Reopção de curso e maturidade vocacional. *Revista ABOP*, 2(2), 7-28. Retirado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-88891998000200002&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1414-88891998000200002&script=sci_arttext)
- Mansano, S. R.V. (2003). *Vida e profissão: cartografando histórias*. São Paulo: Summus.
- Moura, C. B (2008). *Orientação profissional sob o enfoque da análise do comportamento* (5. ed.). Campinas: Alínea.
- Neiva, K. M. C. (2007). *Processos de escolha e orientação profissional*. São Paulo: Vetor.
- Noronha, A. P. P., Martins, D. F., Gurgel, M. G. A., Ambiel, R. A. M. (2009). Estudo correlacional entre interesses profissionais e vivências acadêmicas no ensino superior. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, 13(1), 143-154. Retirado de <http://www.scielo.br/pdf/pee/v13n1/v13n1a16>
- Nunes, M. F. O., Okino, E. T. K. O., Noce, M. A., Maran, M. L. C. J. (2008). Interesses profissionais: perspectivas teóricas e instrumentos de avaliação. *Avaliação Psicológica*, 7(3), 403-414. Retirado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v7n3/v7n3a12.pdf>
- Oliveira, M. C. S. L., Pinto, R.G., & Souza, A. S. (2003). Perspectivas de futuro entre adolescentes: universidade, trabalho e relacionamentos na transição para a vida adulta. *Temas em Psicologia da SBP*, 11(1), 16-27. Retirado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v11n1/v11n1a03.pdf>
- Paggiaro, P. B. S., Calais, S. L. (2009). Estresse e escolha profissional: um difícil problema para alunos de curso pré-vestibular. *Contextos clínicos*, 2(2), 97-105. doi: 10.4013/ctc.2009.22.04
- Peruzzo, A. S.; Cattani, B. C.; Guimarães, E. R.; Boechat, L. C.; Argimon, I. I. L., & Scarparo, H. B. K. (2008). Estresse e vestibular como desencadeadores de somatizações em adolescentes e adultos jovens. *Psicologia Argumento*, 26(55), 319-327. Retirado de <http://www2.pucpr.br/reol/index.php/PA?dd1=2527&dd99=view>
- Primi, R.; Munhoz, A. M. H; Bighetti, C. A; Di Nucci, L. P; Pellegrini, M. C; Moggi, M. A. (2000). Desenvolvimento de um inventário de levantamento das dificuldades da decisão profissional. *Psicologia, Reflexão e Crítica*, 13(3), 451-463. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722000000300013>

- Primi, R.; Mansão, C. M.; Muniz, M.; Nunes, M. F. O. (2010). SDS: questionário de busca autodirigida: manual técnico da versão brasileira. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Sartori, F., Noronha, A. P. P., & Nunes, M. F. O. N. (2009). Comparações entre EAP e SDS: interesses profissionais em alunos do ensino médio. *Boletim de Psicologia*, 130(59), 17-29. Retirado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432009000100003&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432009000100003&script=sci_arttext)
- Teixeira, M. A. P., & Gomes, W. B. (2004). Estou me formando... e agora? Reflexões e perspectivas de jovens formandos universitários. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 5(1), 47-62. Retirado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbop/v5n1/v5n1a05.pdf>
- Tricoli, V. A. C. (2010). Stress na adolescência: sintomas, fontes e manejo. In V. A. C. Tricoli (Org.). *Stress na adolescência: problema e solução*. (pp. 39-51). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Vendramini, C. M. M., Santos, A. A. A., Polydoro, S. A. J., Sbardelini, E. T. B., Serpa, M. N. F., & Natário, E. G. (2004). Construção e validação de uma escala sobre avaliação acadêmica (EAVA). *Estudos de Psicologia*, 9(2), 259-268. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2004000200007>