

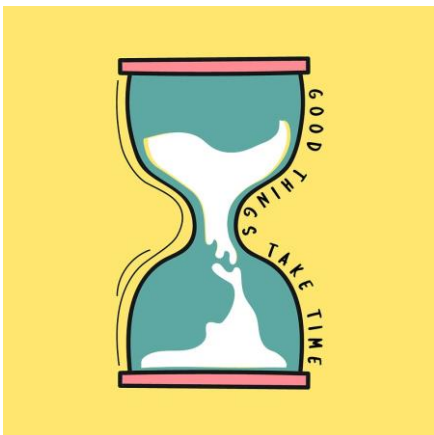
9º ano...e agora? Quais as alternativas?

O papel dos Encarregados de Educação...



Serviço de Psicologia e Orientação

SPO



Se estas são algumas das suas preocupações, então este e-book foi pensado em si.

Está ao seu alcance dinamizar e proporcionar algumas atividades que não só os ajudam na sua tomada de decisão, como o tranquilizam a si, que só quer o melhor do mundo para eles.

Preparado para o desafio?

PARABÉNS!

Ter filhos em idade de decidir qual o curso/ formação a escolher é sinal que eles estão a progredir na sua escolaridade e a realizar tomadas de decisão rumo ao seu Projeto de Vida.

Poder contar com o apoio e proximidade dos Pais/EE, nestes momentos, é importante e muitas vezes, determinante para o sucesso e bem-estar do/a jovem.

As dúvidas são inúmeras e as incertezas ainda maiores.

E se por um lado não queremos interferir diretamente nas suas escolhas, procurando que eles sejam autónomos e responsáveis pelas mesmas, por outro lado, ficamos inquietos com as suas dúvidas e indecisões, indiferença quanto ao futuro, irrealismo de algumas das suas opções e/ ou falta de confiança em si mesmos.

5 AÇÕES A REALIZAR


Estar presente e mostrar interesse;



Ajudar na exploração e partilhar;



Incentivar o planeamento e agir (Ajude a pensar a curso, médio e longo prazo);



Apoiar na tomada de decisão e decidir (encare a decisão como algo natural, irá mesmo acontecer);



Alertar para os contratemplos e estimular as soluções;

1. **Estar presente e mostrar interesse**

Como???

- + Ao longo do seu percurso escolar (e não apenas nos momentos da tomada de decisão) criar o hábito de conversar sobre a "escola".

Por exemplo: O que ele/a está a gostar mais/ menos; Os seus maiores desafios; As estratégias que está a implementar ou que gostaria de experimentar para ultrapassar ou melhorar as suas dificuldades; Qual a sua avaliação dos resultados que está a obter; O que o/a está a ajudar ou facilitar na sua aprendizagem; ...

[...]

- + Aproveitar as várias situações do dia-a-dia, para dialogar sobre as profissões e o mercado de trabalho. Podemos usar o conteúdo que vai surgindo nas várias situações da vida para perceber o que eles sabem, gostam, receiam e pensam.

Por exemplo: Quando estão a ver um filme ou uma série;

(...)

- + Escolher os momentos mais adequados para este tipo de conversa é importante, nomeadamente, face às diversas solicitações e obrigações que todos temos (pais e filhos). Por isso, muitas vezes, é relevante marcar um tempo específico para se conversar sobre a tomada de decisão;
- + Se à medida que os nossos filhos crescem estes assuntos já forem habitualmente conversados de uma forma informal e empática, em que todos podem dar a sua opinião e rever o seu ponto de vista consoante as novidades que vão surgindo, torna-se mais fácil eles conseguirem fazer a exploração necessária para uma boa tomada de decisão.

2. **Ajudar na exploração e partilha**

Como???

Antes de tudo nunca se esqueçam que o vosso papel aqui, enquanto Pais/EE, é de facilitador e mediador e não de selecionador de opções!

Nesta fase, o mais importante é explorar todas as perspetivas e alternativas que existam e não eliminar precocemente algumas. Mas lembrem-se quanto mais velho ele/a for maior autonomia ele/a deverá ter nesta exploração.

Algumas sugestões...

(...)

- + **Estimule a curiosidade do seu filho/a.** Faça perguntas sobre o que ele/a já viu, ouviu ou até já sabe sobre determinado curso/ formação/ profissão/ emprego ou sobre determinada escola/ empresa;
- + Face às áreas de interesse do/a seu filho/a e aos seus objetivos, disponibilize-se para o/a colocar em contacto com os seus amigos e conhecidos dessas mesmas áreas. Às vezes, uma conversa, uma visita ao local de trabalho, um estágio de férias, pode ajudar nesta exploração;

[...]

- + **Convide-o a conhecer de perto a sua realidade profissional.** Incentive-o a visitar Feiras de Educação, Formação e Orientação.
- + Divulgue junto dele/a os "*Summer Schools*" que muitas das Universidades dinamizam durante o período de férias.

Não é fazer por eles, é incentivá-los a fazerem.



3. Incentivar o planeamento e agir

Quando os nossos filhos começam a ter uma ideia mais clara das suas opções é importante que eles organizem um plano de ação a curto, médio e longo prazo. Igualmente importante é que não fiquem apenas por uma única opção, mas que aprendam a colocar no mínimo 3 opções.

Sim, 3 a 7 opções de cursos quando concluem o 9ºano e vão para o ensino secundário, quando concorrem para o ensino superior e/ ou quando consideram as saídas profissionais.

E face a cada uma dessas opções é importante ajudá-los a perceber o que é necessário fazer no imediato e ao longo desse seu percurso. Concretamente...

(...)

- + Ajude-o/a a pensar nas **competências e capacidades que terá de desenvolver**. Ex: Vou estudar economia e candidatar-me àquela empresa onde é requerido saber francês, então talvez seja relevante começar a estudar francês;
- + Incentive-o/a a **confirmar os requisitos necessários à concretização do seu objetivo final**. Ex: Querer frequentar cursos e formações onde, à priori já estão excluídos, porque são requeridos outros itens para além das avaliações escolares, como sejam, atributos físicos (altura), condição física (saúde) e nacionalidade;

(...)

- + Estimule-o/a a **fazer um plano de ação**, tendo em conta o seu objetivo final e o seu ponto atual.
- + Ajude-o/a a **pensar na pessoa que ele terá de se tornar para alcançar o que deseja**. Ex: Se ele/a escolher uma carreira desportista - ex.: bailarino/a - é importante que esteja disponível para manter uma condição física muito cuidada.

4. Apoiar a tomada de decisão e decidir.

Muitos dos nossos filhos têm interesses e competências elevados em vários domínios. Como se costuma dizer "são bons em tudo e gostam de tudo". E face a isso, o que fazer? Podemos não querer escolher ou argumentar que ainda é muito cedo, mas a verdade é que alguma decisão vai ter que ocorrer. Depois de todo o trabalho anteriormente realizado de exploração e planeamento há que tomar uma decisão.

E claro, a questão coloca-se...**como???**

(...)

- + Ajude-o/a a pensar até que ponto a decisão que está a fazer está de acordo com o seu Projeto de Vida.** Muitas vezes é neste momento de tomada de decisão que o/a jovem percebe, pela primeira vez, que ao escolher aquele curso/ escola vai deixar o seu grupo de amigos, não vai ter tempo para manter a sua atividade desportiva/ artística, assim como outros aspetos que para ele/a são extremamente relevantes;
- + Apoie-o/a nas suas decisões;**
- + Incentive-o/a a pensar em soluções** quando as dificuldades, imprevistos e novidades surgirem;

(...)

- + Estimule-o/a a **dar os seus 100% à escolha realizada**. Valorize a sua disciplina, esforço e empenho;
- + **Responsabilize-o/a pela escolha realizada**. Ter liberdade de escolha quanto ao curso/ formação a realizar deve ser entendida pelo/a seu filho/a como um direito mas também como um dever de fazer o seu melhor.
- + Independentemente da opção de curso/ formação escolhida pelo/a seu filho/a, em caso de incompatibilidade com a mesma (por variados fatores) tenha sempre presente que **há sempre inúmeros caminhos alternativos**.

5. Alertar para os contratempos e estimular a soluções

Como???

- + Ajude-o/a a **pensar nas dificuldades que considera que vai encontrar** face à opção escolhida e face aos critérios por ele/a identificados como muito importantes para o seu bem estar pessoal e académico, tais como:
 - as disciplinas/ cadeiras que vai frequentar;
 - o método de estudo que vai utilizar;
 - as atividades extraescola que poderá manter;
 - a gestão de tempo que terá de realizar;
 - os custos associados à sua opção;
 - os relacionamentos interpessoais que vão ser afetados...

(...)

- + Estimule-o/a a **pensar em soluções para cada uma das dificuldades** por ele/a identificadas. Por exemplo:
 - como conseguir apoio escolar?
 - como conseguir gerir o seu tempo de estudante e trabalhador?
 - como gerir a "saudade" de casa e/ ou o distanciamento dos amigos?
 - como gerir situações de emergência? (saúde, casa, imprevistos)



E ainda há tanto para partilhar ...

+ Fale connosco...O Serviço de Psicologia e Orientação está aqui para ajudar

Lembre-se ***“toda a situação tem solução”***

Fonte: Daniela Mourato

9º ano...e agora? Quais as alternativas?

O papel dos Encarregados de Educação...



Serviço de Psicologia e Orientação

SPO