

Adaptabilidade de carreira, maturidade para escolha profissional e habilidades sociais na adaptação à universidade em estudantes universitários

Career adaptability, maturity for professional choice and social skills in students university adaptation

Adriana Benevides Soares*
Heloisa Passos e Martins**

Resumo

Este estudo visa discutir teoricamente a adaptação de estudantes à Universidade considerando variáveis psicossociais que a literatura tem mostrado estarem associadas à permanência de universitários na Instituição de Ensino Superior. Há pesquisas que indicam que além da importância econômica e vocacional, a universidade é local de aprimorar o desenvolvimento pessoal, obter mudanças de atitudes, valores, desenvolvimento de carreira e qualidade de vida. Entretanto, a transição do Ensino Médio para o Superior, embora traga benefícios aos alunos, pode trazer também vivências negativas, considerada por alguns como geradora de momentos críticos. São apresentadas e discutidas, com isso, variáveis relacionadas à adaptação à Universidade: as habilidades sociais (comportamentos necessários para uma relação interpessoal saudável de acordo com os parâmetros de cada cultura), a adaptabilidade à carreira (o equilíbrio almejado entre o trabalho e vida pessoal) e a maturidade profissional (conjunto de comportamentos que visam à escolha profissional de forma madura e consciente).

Palavras-chave: Adaptação a Universidade. Estudantes universitários. Variáveis psicossociais.

* Doutorado em Psicologia Cognitiva pelo Université de Paris Sud, França; Professor da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil; Email: adribenevides@gmail.com

** Graduada em Psicologia pelo Instituto de Psicologia – Universidade do Estado do Rio de Janeiro; Email: heloisapem@gmail.com

Abstract

This study aims to discuss theoretically the adaption of students to the University considering psychosocial variables which the literature has shown to be associated with the permanence of university students in the Institution of Higher Education. There are studies that indicate that besides the economic and vocational importance, the university is a place to improve personal development, to obtain changes of attitude, values, career development and quality of life. However, the transition from the High School to the Higher Education, while bring benefits to students can also bring negative experiences, considered by some to generate critical moments. Along with this, are presented and discussed variables related to the adaptation to the University: social skills (behaviors necessary for a healthy interpersonal relationship according to the parameters of each culture), adaptability to the career (the desired balance between work and personal life) and professional maturity (set of behaviors aimed at professional choice in a mature and conscious way).

Keywords: Adaptation to University. University students. Psychosocial variables.

Introdução

A vida universitária é capaz de gerar conflitos e crescimentos para os estudantes que passam pela transição ao sair do Ensino Médio para cursar o Ensino Superior. Esse processo de adaptação para o ambiente universitário pode exigir recursos pessoais para o enfrentamento de variados desafios acadêmicos, institucionais, sociais e emocionais e traz o desenvolvimento de novas estruturas de funcionamento interpessoal e pessoal (CHICKERING; REISSER, 1993; FREITAS; RAPOSO; ALMEIDA, 2007; MARGOLIS, 1981; MATTANAH; HANCOCK; BRAND, 2004; MONTEIRO, 2008; SECO et al., 2005; TINTO, 1993; VIEIRA JR; GRANTHAM, 2011; TOMÁS et al., 2015). Tais embates e exigências se dão pelas diversas modificações ocorridas nos primeiros meses de ingresso à Universidade: mudanças como novos hábitos de estudo, necessidades de gerenciar dinheiro e tempo, relações interpessoais, requerem outras e de novas formas de conhecimento e relacionamento. Verifica-se com isso, que as variadas transformações decorrentes do ingresso universitário podem resultar em uma experiência estressora para muitos estudantes, sendo também considerada uma forma de desenvolvimento para a vida adulta (SOARES; PRETTE, 2015) e que, em muitos casos, os alunos não estão preparados.

Ao iniciar os estudos no Ensino Superior, portanto, muitas vezes configura-se como um momento de vulnerabilidade, sendo confirmado pelo aumento da busca por atendimento de serviços de apoio a carreira e por atendimentos psicoterápicos aferidos devido aos altos índices de evasão (TEIXEIRA et al., 2008; BARDAGI; ALBANAES, 2015). De acordo com o estudo de Bardagi e Albanaes (2015), baixos níveis de adaptabilidade, em conjunto com baixos índices de realização pessoal, assim como alto nível de neuroticismo podem ter relação com complicações e dificuldades na satisfação e no envolvimento universitário. Pessoas predispostas a afetos negativos podem ter mais dificuldades em relação à adaptabilidade acadêmica, pois o ambiente universitário não está preparado para acolher ou preparar os indivíduos para as mudanças decorrentes da passagem do Ensino Médio para o Superior (BARDAGI; ALBANAES, 2015). A forma com que o estudante se adapta e se integra à universidade influencia em seu desenvolvimento no Ensino Superior, tanto na formação acadêmica como na esfera psicossocial. Com isso, estar adaptado ao ambiente universitário

pode ser entendido como uma manifestação importante de habilidades e do interesse do estudante para um direcionamento inicial à sua vida enquanto futuro profissional (ALBERT; TEIXEIRA, 2015).

No ingresso à Universidade diversos fatores podem contribuir para uma boa adaptação a esta nova realidade sendo os comportamentos para boas relações interpessoais, habilidades essenciais para o ajustamento do estudante. Os laços criados tanto com o corpo discente quanto com os docentes, funcionários e gestores permitem interações e crescimento pessoal, pois recorrem das habilidades sociais do indivíduo (PINHO et al., 2013). As habilidades sociais e a competência social se veem presentes nessa trajetória acadêmica e o desenvolvimento das mesmas pode ocorrer, por exemplo, por meio de observações das relações ali obtidas e de orientações recebidas, além de outras possíveis possibilidades de aprendizagem dentro do meio universitário (SOARES; PRETTE, 2015). Para França-Freitas, Prette e Prette (2017) o construto das habilidades sociais está intimamente ligado ao processo de adaptação ao Ensino Superior. Isso ocorre pelo fato de que a adaptação envolve ao mesmo tempo aspectos tanto acadêmicos como sociais, na medida em que o estudante lida com o próximo e experiencia novas vivências. Ser competente socialmente, portanto, pode levar a uma melhor satisfação pessoal e conseqüente maior engajamento e adaptação.

Também durante o período de acomodação à universidade, advindo também de grandes mudanças pessoais, percebe-se a exigência de maior responsabilidade, maturidade e necessidade de uma posição proativa perante as adversidades no cotidiano universitário (SOUZA; LOURENÇO; SANTOS, 2016). Conforme Soares e Prette (2015), a transição do Ensino Médio para o Superior demanda bastante amadurecimento do aluno para lidar com todas essas mudanças e a forma como se toma a decisão por uma carreira, tendo conhecimento de suas habilidades pessoais e as requeridas pela profissão, podem ser fundamentais para o engajamento do estudante com a instituição e com o curso. A maturidade para a escolha laboral define-se como um conjunto de conhecimentos e atitudes que uma pessoa pode acumular para praticar sua escolha vocacional de forma autônoma e consciente. Essa escolha envolve tanto fatores pessoais, como culturais e sociais e é por meio da maturidade que é possível dispor de uma maior quantidade de ferramentas para que a escolha com a carreira seja satisfatória (COLOMBO; PRATI, 2018).

Além de necessidade de habilidades sociais e de maturidade para a escolha profissional para uma satisfatória transição e permanência no ambiente universitário, pesquisas demonstram que o estudante deve também se preparar para o exercício da profissão e que a adaptabilidade à carreira permeia o dia a dia dos estudantes e pode influenciar na permanência no Ensino Superior. Conceitualmente, para Savickas (2013), a adaptabilidade à carreira é a junção de recursos, da pró-atividade e da capacidade de resolução de problemas dos sujeitos ao se depararem com atribuições e tarefas tanto atuais como antecipadas, que detém complexidade ou são desconhecidas pelos mesmos. Tal construto tem caráter multidimensional e se compõe de dimensões tais como a preocupação, o controle, a curiosidade e a confiança como principais pilares para uma adaptabilidade satisfatória (AUDIBERT; TEIXEIRA, 2015).

Tendo em vista a pluralidade de variáveis relativas a adaptação à universidade, o presente estudo tem como objetivo descrever e relacionar os construtos: habilidades sociais, maturidade para a escolha profissional e adaptabilidade de carreira. Dessa forma, pretende-se entender a relevância de cada construto e sua relação com a adaptação ao meio universitário.

Quando o estudante não consegue se ajustar ao meio universitário por não estar devidamente preparado para enfrentar os desafios do Ensino Superior e evade, isso significa um importante desperdício financeiro, pois recursos investidos não retornarão. Além disso, no âmbito pessoal pode ocorrer um sentimento de frustração, desamparo, insegurança e medo de fracasso. No âmbito social, deixa-se de preparar um novo profissional e de contribuir para o desenvolvimento da sociedade e para o crescimento da economia.

Maturidade profissional

Frente ao complexo momento de decisão vivenciado pelo adolescente com a passagem do Ensino Médio para o Ensino Superior, a maturidade para a escolha de carreira torna-se relevante para que o ofício a ser seguido supra as necessidades e objetivos do sujeito. A maturidade se refere ao conjunto de conhecimentos e atitudes que o indivíduo obtém para realizar, de forma independente e consciente sua escolha profissional. Entende-se que o indivíduo passe a ter mais ferramentas para que se torne um trabalhador satisfeito na carreira preferida (COLOMBO; PRATI, 2014). Neste estágio de desenvolvimento e transição para a idade adulta, portanto, o comportamento de escolha e decisão está entre as variadas formas que o jovem encontra como enfrentamento. A decisão de um futuro é influenciada pelas mudanças psicológicas, físicas e principalmente sociais que muitas vezes podem ser marcadas pela autonomia e dedicação dos jovens, mas também por momentos de ansiedade e estresse. Tal opção de futuro feita pelo indivíduo depende de diversos fatores, como a construção de padrões comportamentais, história de vida e a cultura. As influências das relações estabelecidas com os pais, familiares, amigos, instituições e outros ambientes culturais podem facilitar ou dificultar a tomada de decisão desses jovens, seja para as atividades laborais ou para outras situações de vida (LORGA, 2017).

A literatura mostra que a maturidade para a escolha de carreira tem sido estudada no âmbito de variáveis sociodemográficas e culturais, assim como investigações sobre possíveis mudanças na maturidade com procedimentos de intervenção profissional e vocacional (Junqueira & Melo-Silva, 2014). São exemplos de estudos que correlacionam a maturidade com intervenções de orientação profissional os de Colombo e Prati (2014), Junqueira e Melo-Silva (2014) e Lorga (2017).

O objetivo de Colombo e Prati (2014) foi estudar e identificar as possíveis relações entre habilidades sociais, maturidade e inserção no mercado de trabalho em adolescentes. Participaram do estudo alunos do Ensino Médio tanto de escolas públicas como de privadas. Os resultados sinalizaram uma relação positiva entre maturidade e habilidades sociais. Também foi observada a importância de intervenções de orientação profissional para o desenvolvimento da maturidade de carreira.

Outros autores, como Junqueira e Melo Silva (2014), também estudaram a interferência de orientação profissional na maturidade de adolescentes e identificaram que a maior parte dos sujeitos foi classificada com o nível a baixo da média no início do atendimento. Os resultados comparativos com o antes e o depois da intervenção de orientação profissional foi o desenvolvimento de maturidade. Ambos os estudos, de Colombo e Prati (2014) e Junqueira e Melo Silva (2014) relacionam a diferença entre escolas públicas e privadas, assim como aos turnos de estudo (manhã x noite). Para Junqueira e Melo Silva

(2014) os adolescentes que estudavam nas escolas públicas no turno da manhã obtiveram maior conhecimento da realidade educativa e socioprofissional e maior maturidade na Escala de Maturidade para Escolha Profissional (EMEP). Já os alunos de escolas públicas que estudavam a noite, apresentaram melhor nível de autoconhecimento. Os alunos de escolas particulares no turno da noite, por sua vez, apresentaram melhor repertório de habilidades sociais no autocontrole e na desenvoltura social.

Lorga (2017) observou, comparando as escolas públicas e privadas, que as escolas públicas atingiram a classificação média ou acima da média, em relação as escolas privadas. Tal resultado demonstra maior maturidade dos estudantes de escolas públicas, com 65% do escore total comparados aos alunos das escolas particulares que apresentaram 36%. Além da distinção entre escolas públicas e privadas em seus variados turnos, Cattani, Teixeira e Ourique (2016) pesquisaram a hipótese de uma relação direta entre a renda familiar e a maturidade dos estudantes. Foram feitas duas análises de correlação de renda e escolaridade dos pais com o escore do Inventário de Maturidade de Carreira (IMC). Conclui-se que nem a escolaridade dos pais, nem a renda possuem relação direta com o grau de amadurecimento dos estudantes. Verifica-se assim que a madureza de um jovem no período de escolha vocacional provavelmente está associada a outras variáveis que não a questão socioeconômica somente. Os autores ainda relatam que os aspectos da experiência de vida e subjetividade particular dos jovens podem ser relevantes no processo do desenvolvimento da maturidade para a escolha ocupacional (CATTANI; TEIXEIRA; OURIQUE, 2016). A escolha por uma carreira pode ser árdua para muitos sujeitos. As inúmeras opções trabalhistas, dificuldades e conflitos presentes na vida do adolescente exigem uma maior maturação da carreira para que o mesmo possa tomar decisões mais satisfatórias sobre seu futuro (CAMPOS; NORONHA, 2015). Com isso, uma alternativa possível e que vem demonstrando aspectos positivos na maturidade dos indivíduos é a intervenção de orientação profissional dada nas escolas ou em ambientes clínicos (COLOMBO; PRATI, 2014; JUNQUEIRA; MELO SILVA, 2014).

Habilidades sociais

As habilidades sociais (H.S.) podem ser entendidas como a representação do conjunto de comportamentos que denotam um desempenho social ajustado, que é apresentado pelo padrão de relações interpessoais que uma pessoa possui. Esse desempenho é qualificado pela competência social, no qual o indivíduo é capaz de estabelecer relações interpessoais que alcancem os objetivos da interação, preservando as relações (TAVARES, COUTO; SILVA, 2012). Assim, essas interações podem ser caracterizadas de acordo com a habilidade de gerar efeitos sociais e pessoais almejados. Para Reyes Manrique (2016), pode-se também afirmar que as H.S. têm como finalidade; fornecer ao indivíduo instrumental para que o mesmo possa enfrentar a interação social e situacional de forma eficaz.

As H.S. podem ser consideradas como um comportamento imprescindível para uma relação interpessoal saudável e bem-sucedida, de acordo com os parâmetros de cada cultura. Tal comportamento é crucial nos mais variados tipos de situações sociais, como por exemplo, na família, no trabalho, em transporte coletivo e em locais de lazer e de consumo. Dessa forma, pode-se entender que a aquisição de H.S. é capaz de aumentar a percepção que uma

pessoa tem sobre si e sobre sua competência, o que pode estabelecer maior autoconfiança na resolução de problemas (PELLEGRINI; CALAIS; SALGADO, 2012).

A aquisição de H.S. também pode ser um elemento importante para melhora de fatores psicossociais, como resolução de problemas, ansiedade, problemas de âmbito interpessoal e melhoras na competência social global (FRANÇA-FREITAS; PRETTE; PRETTE, 2017). Há estudos que demonstram que as H.S. são aprendidas ao longo da vida do indivíduo e quanto mais cedo essa aprendizagem ocorre, mais recorrente as H.S. se tornam como um fator protetivo que promova qualidade de vida, saúde mental e bem-estar (BOLSONI-SILVA; CARRARA, 2010; FALCÃO, 2014). Sobre o âmbito universitário e a relação das H.S. com a adaptação ao Ensino Superior, Comedis (2014) pontua a relação significativa das habilidades sociais com o desempenho acadêmico. Em seu estudo, objetivou explorar o desempenho acadêmico de estudantes do curso de Sociologia, as H.S. de cooperação, assertividade e a autocontrole e por conseguinte a relação das H.S. com o desempenho no curso. Não foram observadas relações significativas entre cooperação, assertividade e empatia com o desempenho acadêmico. Já os comportamentos pró-sociais em sala de aula, além de facilitar o relacionamento social, podem impactar na realização acadêmica do estudante. Tais condutas afetam diretamente uma gama de atividades acadêmicas preparatórias, como por exemplo, permanecer em alguma tarefa, fazer questionamentos e ouvir instruções (COMEDIS, 2014).

Soares et al. (2016) descrevem que o desenvolvimento de competências por parte do aluno pode ser relacionado com o sucesso na vida profissional e o Ensino Superior tem um papel de grande relevância de desenvolver competências de forma a preparar esses estudantes para o mercado de trabalho. Outro estudo feito por Soares et. al. (2017) aferiu relações entre as expectativas acadêmicas e habilidades sociais na adaptação à universidade. Constatou-se que os construtos expectativas acadêmicas e H.S., em consonância, possibilitam melhores resultados na adaptação dos alunos ao Ensino Superior. Frente à transição feita pelos jovens para o meio acadêmico, o Ensino Superior é capaz de proporcionar aprendizagens sociais, o que abre espaço para o desenvolvimento da competência social e das habilidades sociais. Verificou-se, portanto que as H.S. estão presentes no ajustamento acadêmico e desempenho enquanto profissional, assim como também ao bem-estar psicológico dos alunos (SOARES; PRETTE, 2015).

Não obstante, Soares e Prette (2015) afirmam que variados desafios colocados aos universitários na fase de transição do Ensino Superior para o Ensino Médio. Vivências negativas ocorridas no ambiente acadêmico aos alunos, em suas situações interpessoais específicas, podem estar associadas de forma negativa às habilidades sociais. As H.S., portanto estão inseridas diretamente na dinâmica das relações interpessoais e os comportamentos sociais podem ter impacto tanto negativo como positivo na vivência do Ensino Superior. Segundo Soares e Prette (2015), a adaptação acadêmica, ao mesmo tempo em que necessita de habilidades de relacionamento, também demanda o aprimoramento deste conjunto de comportamentos interpessoais.

Um estudo feito por Lima e Soares (2015) averiguou que estudantes de variados cursos melhoram as H.S. após treinamento da mesma. Essa estratégia é associada de forma positiva para um melhor desempenho em indicadores tanto de adaptação à Universidade, como de comportamentos sociais acadêmicos. Por consequência, tal estudo defende a propagação de programas de H.S. para que os alunos universitários estejam mais bem

preparados para lidar com as demandas interpessoais (SOARES; PRETTE, 2015). Gomes e Soares (2013) também observaram que as H.S. estão associadas ao desempenho acadêmico, levando em conta que as habilidades de enfrentamento, autocontrole e autoafirmação podem interferir de maneira positiva no meio universitário.

No que se refere a diferenças de gênero e entre escolas públicas e privadas, Soares, Seabra e Gomes (2014) observaram que participantes do sexo masculino foram mais capazes cognitivamente, enquanto as mulheres eram mais competentes no âmbito comportamental das habilidades sociais, mais precisamente na habilidade de conversação. Em relação a variáveis do tipo de universidade, os estudantes de universidades públicas apresentaram escores significativamente maiores do que os de universidades particulares nos quesitos raciocínio lógico e dedutivo, autoestima e otimismo. Com isso, depreende-se que dependendo do gênero e do tipo de instituição, há diferentes demandas e competências cognitivas ou comportamentais para melhor adequação à Universidade.

Adaptar-se ao Ensino Superior implica em experienciar vivências tanto de caráter acadêmico como social. Dispor, portanto, de competência social pode aprimorar as vivências acadêmicas e permitir adquirir melhor satisfação pessoal, comprometimento, e aprendizado, e consequente adaptação (SOARES; PRETTE, 2015).

Adaptabilidade e educação à carreira

A teoria do desenvolvimento de carreira começa a ser pesquisada na década de 1940 por Donald Super, que, até os dias de hoje, vem sendo estudada por vários autores, como Savickas (1997) e Duarte (2000). A teoria de Super (AMBIEL, 2014), chamada de *Life Span/Life Space*, passou por inúmeras atualizações até a década de 90. A dimensão denominada como *Life-Span* abrange o processo de desenvolvimento de carreira em conjunto com estágios do ciclo de vida e a realização de tarefas evolutivas. Tarefas estas entendidas como expectativas que ocorrem em processos de adaptação e devem ser cumpridas. Super (1996) nomeia cinco estágios de desenvolvimento de carreira: crescimento, exploração, estabelecimento, manutenção e desengajamento. Esses estágios se apresentam de forma linear com a idade de um indivíduo (BEDIN; SARRIERA; PARADISO, 2013).

Para Bedin, Sarriera e Paradiso (2013) a dimensão descrita como *Life-Space* é entendida como um espaço de vida no qual a pessoa possui diversos papéis que desempenha ao longo de sua vida. As funções exercidas não necessariamente aparecem em todas as épocas e também podem variar de relevância. São exemplos de papéis comuns na sociedade o de criança, de cidadão, de profissional e do estudante por exemplo. Ao longo dos anos pôde-se verificar, juntamente com as pesquisas sobre carreira, que houve mudanças entre o século XIX e os XX e XXI no que se refere a novas formas de relação de trabalho e carreira. Enquanto no século XIX havia o resultado de efeitos da revolução industrial, no século posterior, a revolução já era a tecnológica. A noção de um ofício estável que era concebido na base de troca de mão de obra por salário, deu espaço a formas menos duradouras, que substituem a ideia de carreira como linear em suas ocupações ou empregos, dando lugar à incerteza e espaço para decisões tomadas a partir das vontades do próprio sujeito (AMBIEL, 2014).

Segundo Ambiel (2014), com as novas demandas do contexto histórico e social e com o desenvolvimento tecnológico, os estudos sobre desenvolvimento de carreira assumiram novas formas com outros pesquisadores. Savickas (2005; 2013) propôs a chamada Teoria de Construção de Carreira e o modelo de *Life Designing*. Essa teoria teve como principal objetivo considerar o trabalho não como uma sequência de diferentes empregos durante a vida, ou diferentes promoções em um emprego fixo, mas visando a ocupação como um processo construtivo, tanto pessoal como social através de significados decorrentes de escolhas profissionais. A partir disso, a profissão passa a ser entendida como uma construção de ordem subjetiva emergente de um processo ativo, provido da ordem individual e social. O modelo *Life Designing* é proposto por sua vez com a intenção de construir referenciais teóricos e técnicos para amparar a demanda exigida de aconselhamento de carreira para o contexto globalizado atual (AMBIEL, 2014). Ao organizar a Teoria de Construção de Carreira de forma conceitual, Savickas (2013) atentou-se a três perspectivas direcionadas ao comportamento vocacional: o diferencial, que se refere ao que cada indivíduo prefere fazer; o desenvolvimento, examinando o processo de adaptação psicossocial e a forma como cada pessoa lida com as tarefas de desenvolvimento vocacional e problemas no trabalho e a dinâmica, que analisa o porquê de cada indivíduo lidar e encaixar o trabalho em sua vida de forma distinta. Ao se referir ao comportamento vocacional, Savickas (2013) também abordou três conceitos distintos: a personalidade vocacional, que se implica nas necessidades, valores, interesses e capacidades de cada indivíduo relativo à sua carreira; adaptabilidade de carreira, que envolve os recursos e a prontidão que um sujeito tem para lidar com tarefas e transições que ocorrem; os temas de vida, que são as situações em que a pessoa procura se ajustar a certos papéis a serem desempenhados culturalmente no ambiente de trabalho.

Depreende-se com isso, que um dos aspectos abordados na Teoria de Construção de Carreira foi a adaptabilidade de carreira. Segundo essa perspectiva, o conceito é entendido como a capacidade do sujeito de gerenciar sua carreira dentro do mundo do trabalho, provido de mudanças constantes e imprecisões. Sua definição, portanto, é vista como um construto psicossocial que exige a prontidão e os recursos que um sujeito tem para lidar com os afazeres no trabalho (ROSA, 2017).

De acordo com o modelo de adaptabilidade de carreira descrito por Savickas (2013) a mesma é estruturada em três níveis: o mais abstrato, intermédio e o nível mais concreto. O abstrato possui quatro dimensões: preocupação, controle, curiosidade e confiança. Já no intermédio há a articulação de três variáveis: competências, crenças e atitudes. O nível concreto por sua vez inclui os comportamentos vocacionais e atuação das tarefas que ditam o desenvolvimento da carreira. Um alto nível de adaptabilidade de carreira pode ter como consequência a obtenção de melhores condições de lidar com a emergência para a universidade de forma saudável e eficaz, maior engajamento acadêmico e cooperação também para a satisfação e permanência dos alunos. Porém, à medida que algumas pessoas conseguem lidar com incertezas, outras podem ter dificuldade para atender a necessidade de autonomia, tomada de decisão e planejamento profissional (BARDAGI; ALBANAES, 2015).

Há poucos estudos no Brasil sobre o tema, enquanto internacionalmente a adaptabilidade é estudada em grande escala em indivíduos adultos desempregados ou já inseridos no mercado de trabalho. Um estudo português feito por Vieira, Caires e Coimbra (2011) observou efeitos positivos na participação de estágio sobre variáveis de desenvolvimento de carreira. O resultado da pesquisa evidenciou que alunos que puderam

fazer estágio curricular apresentaram maiores índices de autoeficácia, explorações vocacionais, assim como investimentos profissionais mais robustos, comparados aos estudantes que não tiveram essa vivência.

Silva e Gamboa (2014) investigaram a relação entre as qualidades percebidas do estágio curricular e a Adaptabilidade de Carreira. Foi feito uma amostra de 60 estudantes do ensino secundário e a análise foi feita de forma longitudinal, com investigação antes e depois de completado a atividade. Os resultados sugeriram que experiências qualitativas na área de atuação estão associadas a níveis mais elevados de adaptabilidade de carreira. Portanto, essas vivências durante o período acadêmico podem influenciar positivamente em uma maior adaptabilidade de carreira do indivíduo.

Silva, Coelho e Teixeira (2013), também verificaram a relação entre estágio e suas contribuições para adaptabilidade de carreira. Os resultados mostraram que todas as dimensões de adaptabilidade influenciam na qualidade das vivências acadêmicas, porém são as dimensões de curiosidade e confiança que se destacam na relação com os benefícios da realização da atividade, conjuntamente com a relação de transição para um papel profissional.

Outro estudo, feito por Saldanha (2013), investigou qualitativamente a adaptabilidade de carreira de trabalhadores-estudantes com o objetivo de maior entendimento da forma como essas pessoas percebem e lidam com as diversas demandas de ambos os papéis exercidos. Os resultados evidenciaram que a experiência do sujeito ser trabalhador e estudante concomitantemente pode ser desgastante devido a grande quantidade de tarefas exigidas em ambos os papéis.

É importante com isso, ater-se não somente aos jovens inseridos no ambiente acadêmico na transição do Ensino Médio para o Superior, mas também verificar a adaptação de indivíduos já na idade adulta que, por motivos diversos, estudam e trabalham simultaneamente. Nestes indivíduos que fazem amplas as atuações, foi observado por Saldanha (2013) que a adaptabilidade de carreira está mais evidente por conta das variadas exigências e demandas recorrentes. Na medida em que o trabalhador-estudante dá conta de relacionar os conhecimentos que lhe são apresentados na rotina de trabalhador e estudante, torna-se mais evidente a integração dos dois papéis, o que denota um maior controle em relação ao desenvolvimento de carreira.

O processo de escolha de carreira pode ser estimulante, mas conflitante ao mesmo tempo, muitas vezes quando se faz um processo de orientação para o trabalho tal caminho pode ser tornar mais fácil de percorrer. A decisão de carreira tem a ver com a clareza que as pessoas têm acerca de seus objetivos, interesses e talentos profissionais, e, de acordo com Mognon e Santos (2013), essa decisão não deve ser somente por uma escolha de carreira, mas deve perpassar a subjetividade de cada um, levando em consideração as ações que são feitas e pensadas para alcançar seus objetivos.

Bardagi e Albanaes (2015) buscaram identificar relações entre a adaptabilidade de carreira e características de personalidade em estudantes ingressantes. De acordo com os resultados obtidos, as relações tiveram maior ênfase nas características de personalidade de extroversão e preocupação com a carreira e realização. A realização nessa perspectiva refere-se à persistência, necessidade na obtenção de resultados e também responsabilidade com a carreira. Baixos níveis dessa dimensão podem repercutir em consequente impacto negativo no momento de transição para o Ensino Superior. Portanto, percebe-se que a realização se

configura como um aspecto importante no que se refere ao desenvolvimento vocacional dos indivíduos.

Silva, Coelho e Teixeira (2013) ressaltam que as vivências acadêmicas são muito importantes para o desenvolvimento de carreira, visto que durante a formação os estudantes têm oportunidade de conhecer melhor a profissão, adquirir conhecimentos, desenvolver competências necessárias à profissão e repensar a escolha do curso. No entanto, cabe ao estudante se envolver em atividades que vislumbrem aprofundar o conhecimento sobre aquela profissão.

Alguns estudos já demonstram a importância da educação à carreira como o de Munhoz e Melo-Silva (2011), que fez uma revisão da literatura buscando compreender seu contexto de desenvolvimento, levando a reflexões para que gerem programas de intervenção no contexto brasileiro. Tais propostas podem auxiliar os jovens a adquirirem competências-chaves para um positivo desenvolvimento profissional e democratizar o acesso à orientação vocacional, atualmente restrita a poucos.

A proposta de Educação para a Carreira focaliza-se na valorização do trabalho do indivíduo para auxiliá-lo no seu desenvolvimento laboral, estando a par das constantes mudanças imersas no mundo contemporâneo. Tal concepção, de servir de auxílio ao indivíduo ao longo de sua vida, está apoiada aos princípios desenvolvimentistas que entendem a carreira como um processo que vai desde a infância até a velhice (FRACALOZZI, 2014). No estudo de Fracalozzi (2014), foi observado que, em geral, os estudantes entendem o sentido e a importância do trabalho em suas vidas. Na dimensão de planejamento, os adolescentes revelaram-se dispostos a realizar variadas tarefas para a realização de escolhas de profissionais mais maduras. Outro aspecto considerado foi a autoconsciência no que se refere a interesses próprios dos jovens, personalidade, assim como interesse no funcionamento e regulamentos do mercado de trabalho. Gamboa, Paixão e Palma (2015) estudaram como a adaptabilidade de carreira pode auxiliar na autoeficácia para a transição para o trabalho. Foi considerado o efeito da empregabilidade em uma amostra de 261 estudantes universitários e os resultados sugeriram que a adaptabilidade é capaz de prever a autoeficácia quando o jovem se insere no mercado de trabalho, principalmente nas dimensões de confiança e curiosidade.

Considerações finais

Tendo em vista a literatura apresentada, é possível constatar uma estreita relação entre os construtos de maturidade para a carreira, H.S. e adaptabilidade à carreira para uma melhor adaptação à universidade. O ingresso no Ensino Superior, este provido de dúvidas, anseios, desafios e responsabilidades, pode ser mais bem aproveitado, de forma a obter ingresso e permanência satisfatória dos estudantes a partir do desenvolvimento da segurança para a maturidade profissional, do aproveitamento das relações interpessoais e das vivências universitárias experienciadas e vinculadas ao mercado de trabalho. É possível também que os jovens identifiquem aspectos individuais a serem desenvolvidos e percebam a importância de encontrar caminhos para conciliar as atividades acadêmicas com a vida pessoal de forma saudável e efetiva (ELIAS; AMARAL, 2016).

Santos (2016) sustenta que é importante, nesta fase de enfrentamento e de novas vivências, que uma rede de apoio seja bem estabelecida de forma que os alunos possam contar nos momentos de dificuldade. Além do apoio da família e de entes queridos, a universidade poderia disponibilizar a ampliação da rede de apoio durante a graduação. Quando os estudantes estão mais integrados à realidade acadêmica, com atividades extracurriculares e estágios, por exemplo, há a possibilidade do estabelecimento de novos vínculos, e, portanto, suporte alternativo aos mesmos. Para além da rede de apoio que pode auxiliar na integração do discente à universidade, foram verificadas alternativas para o desenvolvimento dos construtos como intervenções de orientação profissional para o aprimoramento da maturidade profissional e educação à carreira (LORGA, 2017), assim como treinamentos para aquisição e aprimoramento das H.S. dos estudantes (LIMA; SOARES, 2015). No ambiente acadêmico, podem ser propostas atividades, estágios e processos que promovam maior maturidade profissional, adaptabilidade e H.S. como requisitos para melhores vivências e melhor acolhimento dos alunos recém-inseridos ao Ensino Superior. Contudo, como sustenta Soares e Prette (2015), ainda são poucos os projetos e propostas efetivos para a melhoria do desempenho acadêmico e do sucesso escolar dos estudantes. Observa-se também a necessidade de mais estudos acerca da temática e as possíveis formas de aprimoramento de atividades que promovam melhor adaptação acadêmica, levando em conta as variáveis tanto a nível subjetivo e pessoal como sociocultural presentes.

Referências

- AMBIEL, R. A. Adaptabilidade de carreira: uma abordagem histórica de conceitos, modelos e teorias. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 15, n. 1, p.15-24, jan./jun. 2014.
- AUDIBERT, A.; TEIXEIRA, M. A. P. Escala de adaptabilidade de carreira: evidências de validade em universitários brasileiros. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 83-93, jun. 2015.
- BARDAGI, M. P.; ALBANAES, P. Relações entre Adaptabilidade de carreira e personalidade: Um estudo com universitários ingressantes brasileiros. **Psicologia**, Lisboa, v. 29, n. 1, p. 35-44, jun. 2015.
- BARTHOLOMEU, D.; MONTIEL, J. M.; NÉIA, S.; SILVA, M. C. R. Habilidades sociais e desempenho escolar em português e matemática em estudantes do ensino fundamental. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 24, n. 4, p. 1343-1358, dez. 2016.
- BEDIN, L. M.; SARRIERA, J. C.; PARADISO, Â. C. Desarrollo de carrera en psicólogos: tareas evolutivas de establecimiento. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 87-98, jan./jun. 2013.
- BOLSONI-SILVA, A. T.; CARRARA, K. Habilidades sociais e análise do comportamento: compatibilidades e dissensões conceitual-metodológicas. **Psicologia em revista**, Belo Horizonte, v. 16, n. 2, p. 330-350, ago. 2010.

CAMPOS, R. R. F. de; NORONHA, A. P. P. A relação entre indecisão profissional e otimismo disposicional em adolescentes. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 24, n. 1, p. 219-232, mar. 2016.

CATTANI, B. C.; TEIXEIRA, M. A. P.; OURIQUE, L. R. Maturidade de carreira e nível socioeconômico em estudantes do ensino médio. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, Juiz de Fora, v. 9, n. 1, p. 67-77, jun. 2016.

CHICKERING, A. W.; REISSER, L. **Education and identity**. The Jossey-Bass higher and adult education series. San Francisco: Jossey-Bass Inc. Publishers, 1993.

COLOMBO, G.; PRATI, L. E. Maturidade para escolha profissional, habilidades sociais e inserção no mercado de trabalho. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 201-212, dez. 2014.

COMEDIS, E. J. The role of social skills in the academic performance of De La Salle Araneta University freshmen students: Creating a culture. In: THE DLSU RESEARCH CONGRESS, 2014, Manila, Philippines. **Anais...** Philippines: De La Salle University, mar. 2014. p. 6-8.

CUNHA, S. M.; CARRILHO, D. M. O processo de adaptação ao ensino superior e o rendimento acadêmico. **Psicologia escolar e educacional**, Campinas, v. 9, n. 2, p. 215-224, dez. 2005.

DUARTE, M. E. A avaliação da adaptabilidade da carreira em adultos trabalhadores portugueses. **Revista Ibero-Americana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica**, Lisboa, v. 9, n. 1, p. 129-41, jun. 2000.

ELIAS, L. C. S.; AMARAL, M. V. Habilidades sociais, comportamentos e desempenho acadêmico em escolares antes e após intervenção. **Psico-USF**, Itatiba, v. 21, n. 1, p. 49-61, jan./abr. 2016.

FALCÃO, A. P. **Avaliação da eficácia de uma intervenção em grupo com escolares para a promoção de melhores interações sociais**. 2014. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Universidade Estadual Paulista, São Paulo, 2014.

FRACALOZZI, N. M. N. **Educação para a carreira e interesses profissionais em estudantes do ensino médio regular e técnico**. 2014. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

FRANÇA-FREITAS, M. L. P. de; PRETTE, A. D.; PRETTE, Z. A. P. D. Habilidades sociais e bem-estar subjetivo de crianças dotadas e talentosas. **Psico-USF**, Itatiba, v. 22, n. 1, p. 1-12, jan./abr. 2017.

FREITAS, H. C. das N. M.; RAPOSO, N. de A. V.; ALMEIDA, L. S. Adaptação do estudante ao ensino superior e rendimento acadêmico: um estudo com estudantes do primeiro ano de enfermagem. **Revista portuguesa de pedagogia**, Coimbra, n. 41-1, p. 179-188, jan. 2007.

GAMBOA, V.; PAIXÃO, O.; PALMA, A. I. Adaptabilidade de carreira e autoeficácia na transição para o trabalho: O papel da empregabilidade percebida – Estudo com estudantes do ensino superior. **Revista Portuguesa de Pedagogia**, Coimbra, v. 2, n. 1, p. 133-156, jul. 2015.

GOMES, G.; SOARES, A. B. Inteligência, habilidades sociais e expectativas acadêmicas no desempenho de estudantes universitários. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 26, n. 4, p. 780-789, out./dez. 2013.

JUNQUEIRA, M. L.; MELO-SILVA, L. L. Maturidade para a escolha de carreira: estudo com adolescentes de um serviço-escola. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 187-199, jul./dez. 2014.

LIMA, C. A.; SOARES, A. B. Treinamento de habilidades sociais para universitários no contexto acadêmico: ganhos e potencialidades em situações consideradas difíceis. In: PRETTE, Z. A. P. D. et al (Orgs.). **Habilidades sociais: diálogos e intercâmbios sobre pesquisa e prática**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015, p. 22-43.

LORGA, J. M. L. Orientação profissional: a maturidade para escolha profissional entre estudantes da terceira série do Ensino Médio. **Revista Ciência Amazônica**, Porto Velho, v. 1, n. 2, 2017.

MARGOLIS, G. Moving away: Perspectives on counseling anxious freshmen. **Adolescence**, Roslyn Heights, N.Y., v. 16, n. 63, p. 633-640, 1981.

MATTANAH, J. F.; HANCOCK, G. R.; BRAND, B. L. Parental attachment, separation-individuation, and college student adjustment: A structural equation analysis of mediational effects. **Journal of Counseling Psychology**, v. 51, n. 2, p. 213-225, apr. 2004.

MOGNON, J. F.; SANTOS A. A. Relação entre vivência acadêmica e os indicadores de desenvolvimento de carreira em universitários. **Revista brasileira de orientação profissional**, São Paulo, v. 14, n. 2, p.227-37, dez. 2013.

MONTEIRO, S. O. M. **Optimismo e vinculação na transição para o ensino superior: relação com sintomatologia psicopatológica, bem-estar e rendimento acadêmico**. 2008. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade de Aveiro, Aveiro, 2008.

MUNHOZ, I. M.; MELO-SILVA L. L. Educação para a Carreira: concepções, desenvolvimento e possibilidades no contexto brasileiro. **Revista brasileira de orientação profissional**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 37-48, jun. 2011.

PINHO, A. P. M.; BASTOS, A. V. B.; DOURADO, L. C.; RIBEIRO, J. L. L. de S. A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais. In: COLÓQUIO INTERNACIONAL SOBRE GESTÃO UNIVERSITÁRIA NAS AMÉRICAS, 13, 2013, Santa Catarina. **Anais eletrônicos...** Santa Catarina: Universidade Federal de Santa Catarina, 2013. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/113099>>. Acesso em: 12 mar. 2019.

REYES MANRIQUE, M. E. Relación entre habilidades sociales y desempeño docente desde la percepción de estudiantes adultos de universidad privada en Lima, Perú. **Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria**, Lima, v. 10, n. 2, p. 17-31, jul. 2016.

ROSA, S. F. **Adaptabilidade de carreira**. Implicações na satisfação com a vida, no trabalho e no desempenho, 2017. Dissertação (Mestrado Integrado) – Academia Militar, Lisboa, 2017. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10400.26/19255>>. Acesso em: 6 jul. 2018.

SALDANHA, M. B. C. **Adaptabilidade de carreira em trabalhadores-estudantes do ensino superior**. 2013. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, RS, Brasil, 2013.

SAVICKAS, M. L. Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. **The career development quarterly**, v. 45, n. 3, p. 247-259, mar. 1997.

_____. The theory and practice of career construction. In: BROWN, S. D.; LENT, R. W. (Eds.). **Career development and counseling: Putting theory and research to work**, Hoboken, NJ: John Wiley, 2005, p. 42-70.

SECO, G. M. dos S. B.; CASIMIRO, M. C. S. M.; PEREIRA, M. I. A. R.; DIAS, I. S.; CUSTÓDIO, S. M. R. **Para uma abordagem psicológica da transição do ensino secundário para o ensino superior**: pontes e alçapões. Leiria: Instituto Politécnico de Leiria, 2005.

SILVA, C. S.; COELHO P. B.; TEIXEIRA M. A. Relações entre experiências de estágio e indicadores de desenvolvimento de carreira em universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 14, n. 1, p. 35-46, jun. 2013.

SILVA, C.; GAMBOA, V. O impacto do estágio na adaptabilidade de carreira em estudantes do ensino profissional. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 105-114, dez. 2014.

SOARES, A. B.; PRETTE, Z. A. P. D. Habilidades sociais e adaptação à universidade: convergências e divergências dos construtos. **Análise Psicológica**, Lisboa, v. 33, n. 2, p. 139-151, jun. 2015.

SOARES, A. B.; MONTEIRO, M. C. L.; PORTO, A. M. da S.; GOMES, G.; GOMES, C. A. O. Expectativas acadêmicas de estudantes de psicologia brasileiros: estudo comparativo entre iniciantes e concluintes. **Psicologia, Educação e Cultura**, Vila Nova de Gaia, v. 20, n. 1, p. 46-64, 2016.

SOARES, A. B.; SEABRA, A. M. R. de; GOMES, G. Inteligência, autoeficácia e habilidades sociais em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 85-94, jan./jun. 2014.

SOARES, A. B.; SANTOS, Z. de A.; ANDRADE, A. C. de; SOUZA, M. S. de. Expectativas acadêmicas e habilidades sociais na adaptação à universidade. **Ciencias Psicológicas**, Montevideo, v. 11, n. 1, p. 77-88, jun. 2017.

SOARES, A. P. C.; ALMEIDA, L. S.; FERREIRA, J. A. Contributos para a avaliação do inventário de desenvolvimento da autonomia de Iowa (IDAI) com estudantes universitários portugueses. **Revista Psicologia e Educação**, Portugal, v. 1, n. 1-2, p. 91-106, dez. 2002.

SOUZA, L. K. de; LOURENÇO, E.; SANTOS, M. R. G. dos. Adaptação à universidade em estudantes ingressantes na graduação em psicologia. **Psicologia da Educação**, São Paulo, n. 42, p. 35-48, jun. 2016.

TAVARES, W. M.; COUTO, G.; SILVA, R. L. F. C. Perfil de relações interpessoais e habilidades sociais de estudantes de Psicologia. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 3, n. 1, p. 75-92, jun. 2012.

TEIXEIRA, M. A. P.; DIAS, A. C. G.; WOTTRICH, S. H.; OLIVEIRA, A. M. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicologia Escolar e Educacional**, Campinas, v. 12, n. 1, p. 185-202, jan./jun. 2008.

TINTO, V. **Leaving college: rethinking the causes and cures of student attrition**. Chicago: University of Chicago Press, 2 ed., 1993.

TOMÁS, R. A.; FERREIRA, J. A.; ARAÚJO, A. M.; ALMEIDA, L. S. Adaptação pessoal e emocional em contexto universitário: o contributo da personalidade, suporte social e inteligência emocional. **Revista Portuguesa de Pedagogia**, Coimbra, v. 2, n. 1, p. 87-107, jul. 2015. Disponível em: <<https://digitalis-dsp.uc.pt/bitstream/10316.2/36862/1/Adaptacao%20Pessoal%20e%20Emocional%20em%20Contexto.pdf?ln=eng>>. Acesso em: 4 maio 2019.

VIEIRA JR, E. T.; GRANTHAM, S. University students setting goals in the context of autonomy, self- efficacy and important goal- related task engagement. **Educational Psychology**, London, v. 31, n. 2, p. 141-156, jan. 2011.

VIEIRA, D. A.; CAIRES, S.; COIMBRA, J. L. Do ensino superior para o trabalho: contributo dos estágios para inserção profissional. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 29-36, jun. 2011.