

Consultas de Orientação e Aconselhamento Vocacional e de Carreira

As Consultas de Orientação e Aconselhamento Vocacional e de Carreira fornecem uma ajuda especializada na construção e implementação de projetos de vida.

As consultas incluem **avaliação psicológica, aconselhamento e informação escolar e**

profissional.

O Serviço de Consulta Psicológica pode colaborar com instituições educativas que requeiram este apoio de orientação e aconselhamento.□

OBJETIVOS

Promover o autoconhecimento, as competências de exploração vocacional, de planeamento de

carreira e de tomada de decisão no indivíduo.

- Desenvolver e implementar um projeto de vida
- Escolher um percurso de formação ou educação
- Ingressar no mundo do trabalho
- Promover o autoconhecimento e

desenvolvimento vocacional

- Otimizar decisões e recursos pessoais.

DESTINATÁRIOS

- Estudantes a frequentar o 9.º ano de escolaridade
- estudantes do ensino secundário
- estudantes do ensino superior
- adultos inseridos no mercado de trabalho

COMO FUNCIONAM? Cada consulta tem uma **duração média de 50 minutos.**

Estas encontram-se estruturadas em **três momentos de intervenção:**

- Numa primeira consulta é realizada uma entrevista com o jovem / adulto, e caso necessário com os pais.
- Nas consultas subsequentes é administrado testes estandardizados de orientação vocacional e

outros instrumentos psicológicos.

- Por último, e após a avaliação realizada, é efetuado uma consulta de devolução de resultados com o jovem / adulto e, nos casos que se justificarem, também com os pais / encarregados de educação.



COMO POSSO SABER SE AS CONSULTAS DE ORIENTAÇÃO E ACONSELHAMENTO VOCACIONAL SÃO PARA MIM?

Se

tem dúvidas sobre:

- :: O que quero ser?
- :: Quais são as minhas capacidades e aptidões?
- :: Que profissão devo seguir?
- :: Que curso posso tirar?
- :: Quais são as áreas em que posso ter mais sucesso?

E

stas consultas podem ser adequadas a si! ☐