Universidade do Minho
Escola de Psicologia

Valmir Luiz Delfes

EFICÁCIA DE UM MODELO DE INTERVENÇÃO DE CARREIRA EM DIFERENTES CONTEXTOS ESCOLARES

junho de 2025

EFICÁCIA DE UM MODELO DE INTERVENÇÃO DE CARREIRA EM DIFERENTES CONTEXTOS ESCOLARES
Valmir Luiz Delfes
UMinho|2025

Universidade do Minho
Escola de Psicologia

Valmir Luiz Delfes

EFICÁCIA DE UM MODELO DE INTERVENÇÃO DE CARREIRA EM DIFERENTES CONTEXTOS ESCOLARES

Dissertação de Mestrado
Mestrado em Psicologia da Educação

Trabalho efetuado sob a orientação da
Professora Doutora Maria Céu Taveira e da
Doutora Ana Daniela Silva

junho de 2025

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos. Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada. Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.

Licença concedida aos utilizadores deste trabalho



Atribuição-NãoComercial-SemDerivações CC BY-NC-ND

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

AGRADECIMENTOS

Este trabalho académico é o testemunho de um percurso construído a partir de encontros que me marcaram**,** de dúvidas que instigaram a busca**,** de esperanças que se renovaram e de aprendizagens que se tornaram fundamentais na minha trajetória de vida**.**

Às Professoras Doutoras Maria Céu Taveira e Ana Daniela Silva, minhas orientadoras, a minha gratidão mais profunda pela escuta atenta, pela orientação rigorosa e eficaz**.** O vosso acompanhamento foi exemplar e, em nenhum momento, me deixaram desanimar, revelando sempre a certeza de que eu seria capaz. Ambas se distinguem**,** não só pelo rigor científico e pela excelência académica, mas também pela grandiosidade da vossa humanidade**,** qualidades que considero absolutamente fundamentais para uma aprendizagem verdadeiramente significativa e transformadora. Serei eternamente grato por tudo.

À minha esposa Juliana e aos meus filhos João Pedro e Helena, que são o meu porto seguro, agradeço o amor silencioso, o apoio incondicional nos dias mais desafiantes e a presença constante, mesmo quando o tempo parecia escasso. Foi por vós e convosco que esta caminhada se tornou verdadeiramente possível. Amo-vos!

Aos colegas e amigos do Grupo de Investigação: Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento, deixo a minha sincera gratidão**.** À Dr.ª Inês de Castro, pela prontidão e eficácia no esclarecimento das dúvidas estatísticas deste trabalho.

A todos os que, de alguma forma, partilharam e enriqueceram este caminho**,** seja através de um conselho, uma palavra de incentivo, uma partilha de conhecimento ou simplesmente um olhar de compreensão, o meu mais sincero agradecimento**.**

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração. Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

EFICÁCIA DE UM MODELO DE INTERVENÇÃO DE CARREIRA EM DIFERENTES CONTEXTOS ESCOLARES

RESUMO

O presente estudo avaliou a eficácia de um programa intermunicipal de intervenção vocacional, no 9.º ano de escolaridade, no âmbito da Comunidade Intermunicipal do Ave. Participaram 312 alunos de ambos os sexos, de quatro escolas de um concelho daquele território. Destes, 108 constituíram clientes reais em três grupos de intervenção e 63 a um grupo sem intervenção. Utilizou-se a versão reduzida da Escala sobre Adaptabilidade e a subescala de certeza vocacional da Escala de Indecisão Vocacional, num pré- e pós-teste, em todos os grupos. Os resultados de análises diferenciais indicaram aumentos estatisticamente significativos nas dimensões de Preocupação, Curiosidade e Confiança da adaptabilidade e na certeza vocacional, com destaque para duas das escolas, onde a presença de psicólogos com maior experiência no programa poderá ter contribuído para uma intervenção mais eficaz. Os resultados reforçam a importância de integrar programas de intervenção vocacional nos projetos educativos e de promover parcerias entre escolas, psicólogos e entidades intermunicipais, como a CIM do Ave. Estes resultados sustentam a necessidade de políticas públicas sustentáveis que valorizem o papel do psicólogo escolar no desenvolvimento vocacional dos jovens.

Palavras-chave: adaptabilidade de carreira, certeza vocacional, contexto escolar, intervenção vocacional.

EFFICACY OF A CAREER INTERVENTION MODEL IN DIFFERENT SCHOOL CONTEXTS

ABSTRACT

The present study evaluated the effectiveness of an intermunicipal vocational intervention program in the 9th grade, within the scope of the Intermunicipal Community of Ave. Three hundred and twelve students participated. Of these, 108 constituted real clients in three intervention groups and 63 in a non-intervention group. The reduced version of the Adaptability Scale and the career certainty subscale of the Vocational Indecision Scale were used in a pre- and post-test, in all groups. The results of differential analyses indicated statistically significant increases in the dimensions of Concern, Curiosity and Confidence of adaptability and career certainty, with emphasis on two schools, where the presence of psychologists with greater experience in the program may have contributed to a more effective intervention. The results reinforce the importance of integrating career intervention programs in educational projects and promoting partnerships between schools, psychologists and intermunicipal entities, such as CIM do Ave. These results support the need for sustainable public policies that value the role of school psychologists in the vocational development of young people.

Keywords: career adaptability, school contexto, vocational certainty, vocational intervention.

ÍNDICE

1. **Introdução** 9

1.1. Desenvolvimento vocacional na adolescência e juventude 10

1.2. Intervenções na adaptabilidade de carreira em contexto escolar 12

1.3. A avaliação da eficácia das intervenções de carreira 13

1.4. Objetivos e hipóteses da Investigação 17

2. Método 18

2.1. Participantes 18

2.2. Programa de Intervenção 18

2.3. Instrumentos de coleta de dados 19

2.3.1. Escala sobre Adaptabilidade de Carreira. 20

2.3.2. Escala de Certeza Vocacional. 20

2.4. Análise de dados 20

2.5. Procedimento 21

3. **Resultados** 222

3.1. Grupo de Controlo 222

3.2. Escola A 23

3.3. Escola B 243

3.4. Escola C 24

3.5. Escola D 24

4. **Discussão** 26

5. **Limitações do Estudo e Perspetivas Futuras** 28

6. **Implicações para a Psicologia da Educação** 29

7. **Referências** 31

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 Distribuição da amostra (dos participantes) por grupo, sexo e idade 18

Tabela 2 Resultados no Grupo de Controlo 22

Tabela 3 Resultados na Escola A (N= 49 alunos - 9 turmas) 23

Tabela 4 Resultados na Escola B (N= 42 alunos - 4 turmas) 23

Tabela 5 Resultados na Escola C (N= 50 alunos - 4 turmas) 24

Tabela 6 Resultados na Escola D (N= 108 alunos - 10 turmas) 24

1. Introdução

A crescente complexidade do mercado de trabalho contemporâneo, marcada por rápidas transformações tecnológicas, globalização e incerteza, impõe desafios significativos aos indivíduos na gestão dos seus percursos profissionais. Neste cenário dinâmico, torna-se imperativo o desenvolvimento de competências robustas de gestão da carreira e, sobretudo, de adaptabilidade. Esta necessidade é amplamente reconhecida e sublinhada por diversos autores e organismos internacionais, como Savickas (2005), cujas abordagens enfatizam a construção proativa da carreira num contexto de mudança. De igual modo, as diretrizes da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), através do *European Lifelong Guidance Policy Network* (ELGPN, 2015), reforçam a importância de uma orientação de carreira contínua e focada na adaptabilidade ao longo da vida. Complementarmente, a Teoria Sociocognitiva da Carreira (Lent et al., 1994) salienta como os fatores pessoais, contextuais e as crenças de autoeficácia interagem para influenciar as escolhas e o desempenho de carreira. Assim, a capacidade de os indivíduos se ajustarem e prosperarem face a novas exigências profissionais constitui um pilar fundamental para o sucesso e bem-estar na trajetória de vida.

Para além das contribuições internacionais, autores nacionais (Soares, Taveira, Barroso, & Silva, 2022) têm salientado a relevância de promover, em contexto escolar, competências adaptativas e vocacionais que preparem os jovens para enfrentar transições educativas e profissionais cada vez mais complexas. Nesse contexto, as intervenções de carreira continuam a ser uma ferramenta fundamental a ser adotada (Cardoso, 2015; Cardoso et al., 2017; Munhoz et al., 2011).

Embora a infância represente uma fase crucial para o desenvolvimento inicial de interesses, competências e capacidades, é na adolescência que ocorrem as decisões mais críticas para a construção da carreira. Durante essa etapa, os jovens realizam escolhas que terão impacto significativo no seu futuro profissional (Cordeiro et al., 2017).

A adolescência é caraterizada por ser um período de intensas transformações, tanto cognitivas, quanto psicológicas. Diante dessas mudanças, os jovens enfrentam desafios não apenas para lidar com as suas próprias alterações internas e interpessoais, mas também para atender às exigências sociais relacionadas com a sua formação e inserção no mercado do trabalho (Medeiros, 2015; Santos, 2000). Sendo assim, as intervenções de carreira podem desempenhar um papel fundamental nesta fase, pois contribuirão para que os jovens se sintam mais apoiados quanto à iminência das suas decisões, bem como no reconhecimento das suas habilidades e limitações (Ferreira et al., 2003; Taveira, 2004). Em seguida, desenvolvem-se estes argumentos, revendo-se contributos significativos da literatura vocacional sobre a problemática.

1.1. Desenvolvimento vocacional na adolescência e juventude

A adolescência é uma fase do desenvolvimento humano marcada por profundas transformações físicas, psicológicas e sociais (Papalia & Martorell, 2019). Este período caracteriza-se por uma intensa reestruturação identitária, impulsionada por mudanças hormonais e pelo amadurecimento cognitivo, que influenciam a perceção dos jovens sobre si mesmos e o mundo à sua volta (Erikson, 1968). Além disso, trata-se de uma etapa repleta de desafios e incertezas, na qual os adolescentes enfrentam a necessidade de tomar decisões significativas, nomeadamente no que diz respeito à escolha do percurso académico e profissional, que deve estar alinhado com as suas competências, interesses e valores (Super, 1990).

Este processo de desenvolvimento vocacional foi descrito por Ginzberg (1951, cit. in Taveira, 2000) como um processo de ciclo vital com três períodos principais, a fantasia (0-14 anos), a tentativa (11-18 anos) e o realismo (19-24 anos). O período da tentativa corresponde ao período de exploração defendido mais tarde por Super (1957), e encontra-se dividido em quatro subperíodos: os interesses (11-12 anos), as capacidades (13-14 anos), os valores (15-16 anos), e a transição (17-18 anos). Neste âmbito, a adolescência, em termos de desenvolvimento vocacional, tem vindo a ser representada como uma etapa de transição da fantasia para o realismo, isto é, um período de escolhas tentativa ou de exploração, favorável "à experimentação, ao teste de hipóteses, ao ensaio e à definição e concretização de escolhas-tentativa" (Taveira, 2004, p. 114), cada vez mais associado a fatores de caráter realista, tal como é exemplo a apreciação dos interesses pessoais, capacidades e aspirações. Por outro lado, é nesta fase que se observa o surgimento da importância de valores, onde as mudanças que ocorrem no *Self* e no mundo, podem ser encaradas como uma componente essencial do planeamento vocacional dos sujeitos (Taveira, 2004). O estabelecimento de compromissos, face à vida escolar e profissional, constitui um indicador do desenvolvimento positivo na adolescência e um precursor da capacidade de lidar com desafios e adversidades em fases posteriores da carreira. Nesse sentido, a realização de escolhas, face a papéis de vida, que começa por ser uma problemática vocacional, é sobretudo um elemento fundamental do comportamento e desenvolvimento humano (Taveira & Faria, 2009). Super (1953) refere a fase da adolescência como a fase da exploração, onde os jovens exploram as alternativas do mundo interno e externo, perspetivando objetivos a curto e longo prazo, tomando, assim, decisões conscientes. Por exemplo, no contexto do sistema educativo português, os adolescentes iniciam escolhas de carreira académica no ensino básico, e prosseguem, no ensino secundário, preparando o ingresso no ensino superior, ou no mercado de trabalho, o que faz destas etapas, momentos importantes para a sua vida, tendo em conta que enfrentam vários desafios, quer ao nível dos resultados académicos, quer ao nível da consolidação da sua identidade, exploração e preparação para o projeto profissional (Faria & Azevedo, 2004).

Esta fase é considerada uma fase de excelência no que concerne à exploração pessoal, uma vez que a

maturação biológica, o desempenho cognitivo e os requisitos sociais atingem um nível de maior desenvolvimento, reunindo condições variadas para a exploração e a realização de uma identidade pessoal. Neste sentido, os jovens podem estar mais capazes de lidar cognitivamente não só com as novas questões de vida com que se confrontam, mas também com as escolhas vocacionais com que se deparam (Erikson, 1968, cit. in Taveira, 2000). A Teoria da Construção de Carreira (Savickas, 2005); fornece uma base sólida para a definição do racional e desenho de intervenções focadas nas competências de adaptabilidade de carreira, isto é, na preocupação, controlo, curiosidade e confiança em relação à carreira e transições. Estas competências são fundamentais para que os estudantes do ensino básico e secundário enfrentem as exigências de um sistema educativo e de mercado de trabalho em constante transformação e evolução.

Com efeito, o desenvolvimento vocacional ou de carreira é um processo dinâmico e multidimensional que envolve a aquisição de competências, valores e conhecimentos necessários para escolhas e adaptações ao longo da vida (Super, 1990). A teoria de Donald Super destaca o papel do desenvolvimento ao longo do ciclo vital, enfatizando (fases) como o crescimento, a exploração, o estabelecimento, a manutenção e o declínio. No contexto escolar, essas fases podem ser potencializadas através de intervenções que considerem as características individuais dos estudantes e as exigências específicas de seus contextos.

Atualmente, no que respeita à intervenção no domínio, os programas de desenvolvimento de carreira procuram apoiar os jovens a explorar o seu self, nomeadamente, com a aplicação de estratégias que permitem a compreensão de si próprio e das decisões a efetuar (Taveira, 2004). Estas intervenções podem ser realizadas individualmente, mas as intervenções de grupo e centradas na promoção da adaptabilidade também se têm mostrado eficazes (Cardoso et al., 2017; Di Fabio & Maree, 2012; Whiston & Rose, 2015).

No contexto do Sistema Educativo Português, o 9.º ano assinala o término do 3.º ciclo do ensino básico, constituindo, como se referiu, um momento decisivo na trajetória escolar dos alunos, em que são tomadas decisões com impacto na sua formação académica e vocacional futura (Ministério da Educação, 2020). Neste final de ciclo básico, os estudantes são chamados a tomar decisões sobre o tipo de ensino secundário que querem realizar, com implicações importantes para o seu futuro. Por essa razão, trata-se de uma fase de grande relevância e referência para o aconselhamento de carreira (Cordeiro et al., 2017; Whiston & Rose, 2015). Como o mundo de trabalho requer mais pró-atividade, exigindo das pessoas aprendizagem ao longo da vida, flexibilidade na adaptação a contextos de trabalho escolar e profissional mutantes, cabe à escola contribuir para o desenvolvimento deste tipo de atitudes e de comportamentos que facilitem a gestão da carreira ao longo da vida (Moreno, 2008). Neste sentido, os alunos do 9º ano beneficiam de intervenções de carreira que promovam a sua adaptabilidade de carreira.

1.2. Intervenções na Adaptabilidade de Carreira em contexto escolar

"A adaptabilidade de carreira é um construto importante na teoria desenvolvimentista de carreira e na sua vertente construtivista mais recente (Savickas, 2005; Super et al., 1996). Refere-se, em sentido amplo, à capacidade que uma pessoa tem para lidar com transições profissionais, sendo uma competência cada vez mais necessária no contexto atual do mundo do trabalho, marcado por mudanças rápidas e muitas vezes, imprevisíveis (Savickas et al., 2009). Segundo Savickas (2013), a adaptabilidade de carreira "refere recursos individuais para lidar com desafios desconhecidos, complexos e mal definidos inerentes às tarefas atuais e futuras de desenvolvimento de carreira, transições ocupacionais e traumas pessoais, ao longo do ciclo vital" (p. 15-16)." Savickas e Porfeli (2012) afirmaram que a adaptabilidade de carreira pode ser representada pelas dimensões de preocupação, controlo, curiosidade e confiança. A preocupação corresponde à capacidade para estar consciente da preparação de tarefas de carreira futuras, fortalecendo comportamentos de consciência, envolvimento e preparação. A dimensão controlo envolve o assumir de responsabilidade pelo desenvolvimento da sua carreira, onde a assertividade, autodisciplina e envolvimento são essenciais no processo de tomada decisório. A disposição para explorar relaciona-se com a dimensão curiosidade, que envolve o assumir duma atitude inquiridora e comportamentos de experimentação, tomada de risco e procura de informação. Finalmente, a confiança caracteriza-se por uma crença da eficácia na resolução de tarefas vocacionais, onde a persistência e proatividade na resolução de problemas são fundamentais para o individuo proceder em conformidade com os seus interesses (Savickas, 2013). De acordo com Hirschi (2012), a adaptabilidade de carreira é um construto central no desenvolvimento vocacional e um preditor de sucesso futuro.

A importância do conceito na área do aconselhamento de carreira levou um grupo internacional de investigadores a desenvolver teoricamente este construto e a propor um instrumento psicométrico que permitisse a sua avaliação dentro de um referencial conceptual comum. Este instrumento, denominado Career Adapt-Abilities Scale (CAAS), foi elaborado de forma a ser aplicável a diferentes culturas e a possuir versões em diversos idiomas — como é o caso de Portugal, com a Escala sobre Adaptabilidade de Carreira (EAC), adaptada por Duarte et al. (2012). A integração de medidas como a EAC, na avaliação da adaptabilidade de carreira na adolescência, bem como na avaliação de programas de intervenção adaptados às necessidades específicas dos estudantes, reforça a necessidade de se avaliar a necessidade da intervenção vocacional e os seus impactos e eficácia, nestes termos, contribuindo para a qualidade dos serviços prestados e a redução de desigualdades educacionais (Taveira & Silva, 2012). A evidência empírica sobre estas questões tem mostrado que a intervenção vocacional contribui para o desenvolvimento de competências vocacionais específicas, nomeadamente ao nível da procura ativa de emprego:

1. Pode ajudar os alunos a realizar escolhas mais conscientes, disponibilizando informação concreta e não

estereotipada, e reforçando comportamentos adequados.

2. Facilita a construção de uma estrutura cognitiva que permita compreender o Eu em articulação com o mundo do trabalho.
3. Promove o acesso e a reflexão sobre informação vocacional (sobre o Eu e o mercado de trabalho).
4. Ajuda na compreensão das próprias aspirações, interesses e valores.
5. Incentiva um comportamento exploratório contínuo.

A intervenção vocacional contemporânea enfatiza então, não apenas a escolha escolar e/ou profissional, mas sobretudo o apoio à construção ativa e reflexiva de trajetórias pessoais e profissionais com significado (Savickas, 2005; Nota & Rossier, 2015). Assim, torna-se essencial ajudar os jovens a adquirirem consciência dos processos pelos quais constroem os seus projetos de vida, promovendo competências como a adaptabilidade, o sentido de agência e a autorreflexão (Guichard, 2005; Savickas & Porfeli, 2012). Neste sentido, o principal papel da intervenção vocacional com jovens, relaciona-se com a exploração e a clarificação dos seus autoconceitos, assim como com a circunscrição das suas alternativas para uma escolha profissional sólida, que permita dotá-los de capacidades para lidarem com as tarefas de desenvolvimento biológico e social, inerentes ao seu processo de desenvolvimento enquanto sujeitos (Faria, 2008; Correia, 2016). Desta forma, torna-se fundamental ajudar os jovens, a desenvolver expetativas vocacionais realistas, promovendo ambientes educativos que permitam a obtenção de resultados escolares e profissionais adequados aos objetivos (Taveira, 2004).

1.3. A avaliação da eficácia das intervenções de carreira

Para avaliar a eficácia de um modelo de intervenção vocacional, é necessário considerar os objetivos específicos da intervenção, os indicadores de sucesso e as condições contextuais em que esta é implementada. De acordo com Whiston e Rose (2015), a eficácia das intervenções de carreira deve ser analisada em função da sua capacidade de promover competências vocacionais, como a adaptabilidade e a clareza nas decisões de carreira. Além disso, a avaliação deve contemplar fatores contextuais como o envolvimento institucional, o perfil dos profissionais envolvidos e a duração e intensidade do programa (Howard et al., 2021; Nota et al., 2016). A integração destas variáveis permite compreender não apenas se a intervenção produz efeitos, mas também como e em que condições esses efeitos ocorrem, promovendo uma abordagem baseada em evidências, na Psicologia Vocacional.

Para além dos resultados observados, é fundamental identificar as condições que contribuíram para a eficácia do modelo de intervenção. Neste estudo, destacaram-se três dimensões principais: (1) o apoio institucional, visível na disponibilização de tempo, espaço e articulação entre professores e psicólogos; (2) o

perfil dos profissionais envolvidos, sobretudo a experiência prévia em contextos escolares e o domínio de competências em orientação vocacional; e (3) a estrutura e duração do programa, que permitiu uma intervenção sequencial e focada nas competências centrais da adaptabilidade de carreira. Estas condições alinham-se com o que é reportado na literatura (Howard et al., 2021; Nota et al., 2016), reforçando que a eficácia de uma intervenção não depende apenas dos seus conteúdos, mas também do contexto onde é aplicada, da qualidade da implementação e da relação estabelecida com os participantes.

No contexto educacional contemporâneo, a construção de trajetórias de carreira não é apenas uma responsabilidade individual, mas também, uma responsabilidade institucional e social. Em sociedades marcadas pela globalização, pela instabilidade do mercado de trabalho e pela complexidade nas escolhas vocacionais, a intervenção de carreira emerge como um processo essencial para o desenvolvimento dos estudantes (Hall, 2002). Este tema ganha especial relevância em diferentes contextos escolares, uma vez que as escolas desempenham um papel crucial na preparação de jovens para escolhas e transições futuras. Como exemplo, podemos referir o programa "eu Pertenço ao Meu Futuro", que demonstrou ser eficaz na promoção da adaptabilidade de carreira dos estudantes do ensino básico, auxiliando-os na tomada de decisão vocacional e no planeamento de suas trajetórias profissionais (Taveira et al., 2017). A finalidade do programa é esclarecer os alunos sobre a natureza da decisão vocacional a tomar no final do nono ano; apoiá-los no processo de (in)decisão sobre o futuro próximo; ajudar a inscrever esta tarefa vocacional numa visão mais abrangente da vida; apoiar o diálogo e a ação conjunta entre alunos e familiares e antecipar com ambos possíveis dificuldades e soluções para lidar com a transição de carreira (Taveira, 2015). Taveira et al. (2017) destacam que a intervenção psicológica vocacional, ao longo das sessões realizadas no referido programa, promoveu não apenas o desenvolvimento da adaptabilidade de carreira dos estudantes, mas também incentivou um maior envolvimento das famílias no processo de tomada de decisão dos jovens, contribuindo para escolhas mais informadas e conscientes (p. 521).

Neste contexto, o desenho e a avaliação da eficácia de modelos de intervenção de carreira é, portanto, uma área de investigação de extrema importância, pois permite identificar estratégias que promovam não apenas o sucesso individual, mas também a equidade e a inclusão social em contexto escolar e na carreira dos indivíduos. Quando as intervenções são desenhadas tendo em conta a diversidade sociocultural, económica e educativa dos alunos, contribuem diretamente para reduzir desigualdades e aumentar o acesso a oportunidades significativas. Por exemplo, programas aplicados em escolas de territórios educativos de intervenção prioritária (TEIP) podem contribuir para compensação de desvantagens estruturais, através do reforço de competências como a autoeficácia, o sentido de agência e a clareza vocacional — aspetos essenciais para a inclusão social (Hooley et al., 2017; Arulmani et al., 2014). A pesquisa neste âmbito procura, assim, medir o impacto dessas intervenções em termos de desenvolvimento de competências de adaptabilidade de

carreira, como exploração, planeamento e resiliência.

A preocupação com a qualidade e a eficácia das intervenções no domínio da orientação e planeamento de carreira não é recente. Segundo Holland et al. (1981), já na década de 1970, nos Estados Unidos, o estudo sobre carreiras começou a expandir-se de forma significativa. Esse campo, anteriormente dominado por psicólogos especializados em aconselhamento, passou a despertar o interesse de pesquisadores das Ciências Sociais em sentido mais amplo, abrangendo áreas como a Economia, a Ciência Política, a Sociologia e a Psicologia em geral. Ainda de acordo com os mesmos autores (Holland et al., 1981), a ampliação das intervenções de carreira possibilitou alcançar um público significativamente mais diverso do que no período anterior. Até então, as iniciativas de orientação profissional e de carreira tinham como público principal, os estudantes de ensino secundário e universitários. A partir da década de 1970, entretanto, esse enfoque começou a diversificar-se, incorporando grupos variados de indivíduos que também passaram a beneficiar dessas intervenções.

Ainda assim, Holland et al. (1981), numa investigação realizada entre 1978 e 1979, constataram uma ampla gama de estratégias aplicadas à orientação de carreira, refletindo a diversidade das práticas da época. Essas estratégias incluíam desde o uso de testes e inventários psicológicos até à aplicação de técnicas específicas, cursos especializados e ferramentas mediadas por computador. Apesar dessa abundância de métodos, os autores identificaram uma limitação importante: o desenvolvimento de estratégias não foi acompanhado por avanços equivalentes na avaliação sistemática dos seus resultados. Porém, tendo como base os conhecimentos e tecnologias disponíveis no final dos anos 1970 e início dos anos 1980, os estudos indicavam que a avaliação de intervenções no campo da orientação deveria evoluir para adotar métodos mais refinados, padronizados e estruturalmente consistentes. Esses métodos seriam essenciais para aprimorar tano as práticas quanto os serviços oferecidos. Entre as propostas levantadas, contam-se: (i) a aplicação de critérios objetivos para medir o impacto das intervenções, como a melhoria nas habilidades de tomada de decisão; (ii) o aumento da maturidade de carreira dos indivíduos após as intervenções, em comparação com os níveis iniciais; (iii) a implementação de mudanças concretas na natureza ou na qualidade das escolhas profissionais;(iv) o desenvolvimento de competências de procura de emprego; (v) e, por fim, o alcance de maior desempenho e satisfação no trabalho.

Essas perspetivas, delineadas por Holland et al. (1981) e Krumboltz et al. (1979), destacavam a importância de alinhar teoria e prática para maximizar os benefícios das estratégias de orientação de carreira de então. Desde o final dos anos 1970, a investigação sobre o desenvolvimento de carreira tem evoluído significativamente, tanto ao nível teórico como metodológico. Naquela época, os estudos eram maioritariamente centrados em modelos psicométricos e descritivos, com forte ênfase na aplicação de inventários de interesses e aptidões, como os baseados na teoria tipológica de Holland (Holland et al., 1981). As intervenções

eram predominantemente dirigidas a populações de estudantes do ensino secundário ou universitário, com foco na escolha vocacional pontual e na correspondência pessoa-ambiente. No entanto, as limitações deste enfoque, nomeadamente no que diz respeito à ausência de uma avaliação sistemática dos resultados e à exclusão de públicos mais diversos, rapidamente motivaram o surgimento de perspetivas mais integradoras.

A partir dos anos 1990 e, especialmente, nas duas primeiras décadas do século XXI, novas abordagens emergiram para dar resposta aos desafios das sociedades contemporâneas, marcadas por instabilidade, globalização e transições de carreira mais frequentes e não lineares. Modelos assente sna teoria da construção da carreira (Savickas, 2005) e no conceito de adaptabilidade de carreira (Savickas & Porfeli, 2012) passaram a valorizar processos narrativos, competências de adaptação e a construção ativa do projeto de vida, em detrimento de meras escolhas pontuais. Ao mesmo tempo, cresceu a atenção à equidade, inclusão e justiça social na orientação, destacando-se contribuições como as de Hooley et al. (2017), que defendem intervenções sensíveis aos contextos socioculturais e económicos dos indivíduos. A intervenção na orientação de carreira dos indivíduos passou, assim, a ser concebida como um processo contínuo e relacional, com impacto não apenas no desenvolvimento individual, mas também no combate às desigualdades estruturais e na promoção da cidadania ativa. Tendo em conta o referido, o presente estudo propõe-se investigar o impacto e os resultados de uma abordagem específica de intervenção de carreira. Além disso, procura-se explorar como diferentes realidades escolares influenciam a implementação e os resultados desse modelo.

Estudos longitudinais, como os de Nota e Rossier (2015), indicam que programas de intervenção de carreira estruturados e orientados por uma lógica de desenvolvimento vocacional promovem aumentos significativos em indicadores de adaptabilidade e certeza vocacional. Estas intervenções incluem atividades como a exploração de interesses, o autoconhecimento e o planeamento de carreira, elementos que têm mostrado potenciar maior clareza e segurança nas decisões profissionais dos jovens. Outro foco central da investigação consiste em identificar o impacto das especificidades contextuais — como as diferenças entre escolas e agrupamentos escolares — nos resultados das intervenções. Estudos como os de Patton e McMahon (2014) sublinham a importância de ajustar os modelos de intervenção às realidades socioculturais e económicas dos diferentes contextos educativos, assegurando que as estratégias adotadas são sensíveis às necessidades específicas dos estudantes. Esta diferenciação permite promover a equidade e melhorar os resultados, garantindo um impacto mais justo e inclusivo. Alguns modelos contemporâneos de intervenção vocacional, como o *Career Construction Interview* (CCI) de Savickas (2015) e o *Life Design Framework* (Nota & Rossier, 2015), enfatizam uma abordagem centrada no indivíduo e a necessidade de adaptação aos contextos diversos. Adicionalmente, os programas baseados na teoria de Holland (1997) continuam a ser relevantes, ao destacar a importância da congruência entre os interesses pessoais e os ambientes profissionais como condição para uma escolha satisfatória e funcional. A eficácia das

intervenções será, assim, analisada à luz destas abordagens, considerando tanto os indicadores individuais como as variações entre os contextos escolares.

1.4. Objetivos e Hipóteses da Investigação

Este trabalho investiga a eficácia de um programa de intervenção vocacional para alunos do 9.º ano de escolaridade. Pretende-se analisar em que medida o programa promove o desenvolvimento de competências de adaptabilidade e contribui para a certeza vocacional dos estudantes. Para tal, pretende-se comparar diferenças pré e pós-teste nas dimensões de adaptabilidade de carreira e certeza vocacional nos grupos de intervenção e entre estes e um grupo de comparação. E examinar variações nos resultados entre diferentes escolas/agrupamentos escolares.

Em termos de hipóteses de investigação, espera-se que, em cada grupo de intervenção, os valores de cada dimensão de adaptabilidade e a certeza vocacional no pós-teste, sejam mais elevados e com diferenças estatisticamente significativas, quando comparados com o pós-teste, em cada grupo de intervenção. Ao mesmo tempo, espera-se que os grupos de intervenção e sem intervenção sejam homogéneos à partida, e que se distingam, com diferenças estatisticamente significativas, de cada um dos grupos de intervenção, estando estes melhores do que aquele, apos a intervenção, nas dimensões avaliadas.

2. Método

2.1. Participantes

Participaram neste estudo um total de 312 estudantes do 9ºano, de três agrupamentos e quatro escolas do Concelho de Vila Nova de Famalicão. Destes, 108 pertencem a três grupos de intervenção estudados (GI) e 63 a um grupo de comparação, designado como grupo de controlo (GC). Na Tabela 1, apresenta-se uma caracterização mais detalhada da amostra nestes grupos, considerando a distribuição dos participantes por sexo e idade, e neste último caso, os valores mínimo e máximo, e a média e o desvio-padrão.

Tabela 1

Distribuição da amostra (dos participantes) por grupo, sexo e idade

Grupo	N	Sexo		Idade			
		Raparigas	Rapazes	Min.	Máx.	Média	Desvio-Padrão
GI Escola A	49	29 (59.2%)	20 (40.8%)	13	16	14.2	0.612
GI Escola B	42	23 (54.8%)	19 (4.2%)	14	17	14.33	0.65
GI Escola C	50	26 (52.0%)	24 (48.0%)	14	15	14.16	0.37
GI Escola D	108	57 (52.8%)	51 (47.2%)	13	15	14.11	0.418
GC	63	28 (44.4%)	35 (55.6%)	13	16	14.06	0.564

Como se pode observar pela leitura da Tabela 1, a composição de género mostra-se relativamente equilibrada, com uma ligeira predominância de raparigas nos grupos de intervenção e de rapazes no grupo de controlo. A média de idades situa-se próxima dos 14 anos em todos os grupos, o que corresponde à idade típica dos alunos do 9.º ano de escolaridade. Os valores dos desvios-padrão indicam uma dispersão reduzida, o que reforça a homogeneidade da amostra em termos etários.

2.2. Programa de Intervenção

O presente estudo avaliou a eficácia de um programa de intervenção vocacional implementado no ano letivo de 2023/2024, dirigido a alunos do 9.º ano de escolaridade, no âmbito das redes de psicólogos escolares das Comunidades Intermunicipais (CIM) do Ave. A intervenção foi acompanhada tecnicamente pela Associação de Psicologia da Universidade do Minho, através de um regime de consultoria científico-técnica, e operacionalizada em articulação com as redes intermunicipais de psicólogos escolares de oito concelhos, Vila Nova de Famalicão, Guimarães e seis concelhos na Zona Norte.

O apoio da equipa científica compreendeu o estudo e monitorização do modelo intermunicipal de intervenção, a realização de quatro sessões de duas horas com os psicólogos escolares e respetivas

coordenações, bem como reuniões regulares de planeamento, esclarecimento e apoio técnico à implementação das práticas de orientação. A consultoria estendeu-se ainda à recolha, tratamento e interpretação dos dados de avaliação da eficácia das intervenções, culminando na produção de um relatório técnico-científico.

Importa destacar que, para além da intervenção focalizada no 9.º ano, foi acompanhada uma iniciativa longitudinal no concelho de Vila Nova de Famalicão, abrangendo alunos do 4.º, 7.º e 8.º anos de escolaridade, com o intuito de promover o desenvolvimento de carreira ao longo da trajetória escolar. Adicionalmente, nos seis concelhos da zona Norte da CIM do Ave foram implementadas intervenções dirigidas ao ensino secundário, cujos resultados se encontram em fase de análise e discussão com as redes locais.

A avaliação da eficácia do programa foi realizada com recurso ao software SPSS (versão 29), tendo sido aplicadas análises descritivas e inferenciais, nomeadamente comparações entre momentos pré e pós-teste.

De modo a descrever a intervenção de forma clara e sistemática, importa referir que, apesar de implementada em diferentes ciclos e contextos escolares, o modelo seguido apresenta uma estrutura comum e coerente. Todas as intervenções foram fundamentadas na abordagem desenvolvimentista e construtivista da carreira, centrando-se na promoção da adaptabilidade de carreira como competência-chave (Savickas, 2013). Em termos operacionais, a intervenção compreendeu sessões de orientação psicológica vocacional em pequeno grupo, conduzidas por psicólogos escolares, com recurso a atividades estruturadas de exploração vocacional, reflexão sobre o autoconceito, identificação de interesses e apoio à tomada de decisão. Estas sessões, com duração média de 50 minutos, seguiram um guião previamente definido, garantindo coerência na aplicação. Os objetivos principais comuns a todas as ações incluíram: (1) promover o conhecimento pessoal e vocacional dos alunos; (2) desenvolver competências de planeamento e decisão; e (3) fomentar a articulação com o contexto familiar e escolar. Esta uniformidade metodológica assegura comparabilidade entre os diferentes contextos e reforça a validade da avaliação de eficácia realizada.

2.3. Instrumentos de coleta de dados

Neste estudo, os instrumentos de coleta de dados referem-se às ferramentas psicométricas de autorresposta utilizadas para quantificar os construtos teóricos investigados. A seleção destas ferramentas baseou-se na sua validade e adequação aos objetivos da investigação, nomeadamente a avaliação da adaptabilidade de carreira e da certeza vocacional em adolescentes. Cada instrumento foi escolhido pela sua capacidade de fornecer dados fiáveis e alinhados com as teorias do desenvolvimento e aconselhamento de carreira que enquadram o presente trabalho.

2.3.1. Escala sobre adaptabilidade de Carreira. Para avaliar a adaptabilidade de carreira, foi utilizada a versão reduzida da *Career Adapt-Abilities Scale – Short Form* (CAAS-SF; Maggiori et al., 2017), adaptada para o contexto português por Soares, Taveira, Barroso e Silva (2022), com evidencias de boa validade e consistência interna. Esta escala pretende avaliar quatro dimensões A aplicabilidade da Escala de Adaptabilidade de Carreira em diferentes faixas etárias e contextos profissionais é um tema de relevância na literatura. Embora versões da Career Adapt-Abilities Scale tenham sido amplamente utilizadas com jovens adultos em ensino superior ou no mercado de trabalho, é crucial sublinhar que a versão utilizada neste estudo — a versão reduzida da Career Adapt-Abilities Scale – Short Form (CAAS-SF) — foi especificamente adaptada e validada para o contexto português por Soares et al. (2022). Esta adaptação incluiu a recolha de evidências de validade e consistência interna para a população de adolescentes portugueses, nomeadamente em ensino básico e secundário, assegurando a sua pertinência e adequação psicométrica para a avaliação da adaptabilidade de carreira em alunos do 9.º ano. O desenvolvimento da adaptabilidade é um processo contínuo que se inicia cedo e é fundamental para as transições que se vivem na adolescência, tornando a CAAS-SF um instrumento válido para captar essas competências nesta fase de desenvolvimento.

2.3.2. Escala de Certeza Vocacional. A certeza vocacional, entendida como a clareza e segurança do jovem relativamente às suas escolhas de carreira, foi avaliada através da subescala de certeza da *Career Decision Scale* (CDS; Osipow et al., 1976, 1987), validada para a realidade portuguesa por Taveira (1997), com boas qualidades psicométricas (e.g., coeficiente alfa de Cronbach = .90; Carvalho, 2020).

Esta subescala contém dois itens avaliados numa escala de 4 pontos (1 = "Nada parecido comigo"; 4 = "Exatamente como eu"), com pontuações totais entre 2 e 8. Valores superiores refletem maior convicção e definição em relação às decisões vocacionais. Esta medida assume particular importância na fase de transição escolar em que se encontram os participantes, sendo um indicador relevante do progresso na construção da identidade vocacional (Super, 1990; Taveira & Faria, 2009).

Ambos os instrumentos permitiram aferir, de forma objetiva e fiável, a preparação dos alunos para lidar com os desafios da construção de carreira em contextos marcados por instabilidade e mudança, reforçando a pertinência do apoio vocacional em ambiente escolar.

2.4. Análise de dados

Foram realizados testes paramétricos (teste t para amostras emparelhadas) sempre que os pressupostos estatísticos se verificaram, e testes não paramétricos (Wilcoxon ou Teste de Sinais) nos restantes casos. Importa referir que, para efeitos desta tese, o foco recairá especificamente sobre quatro escolas do concelho de Vila Nova de Famalicão, designadas como Escolas A, B, C e D. Estas escolas participaram na

implementação do programa de intervenção vocacional e constituem o núcleo central da amostra analisada no presente estudo.

2.5. Procedimento

A recolha de dados foi realizada com uma amostra de clientes reais das intervenções de carreira em contexto escolar, ao abrigo do protocolo estabelecido entre a Reitoria da Universidade do Minho e a Comunidade Intermunicipal (CIM) do Ave. A implementação decorreu ao longo do ano letivo 2023/2024, abrangendo alunos do 9.º ano de escolaridade em diferentes agrupamentos escolares da região.

O processo de aplicação seguiu uma metodologia comum a todas as instituições, baseada num modelo estruturado de intervenção composto por quatro sessões presenciais conduzidas por psicólogos escolares, previamente capacitados e acompanhados por uma equipa técnica da universidade. As sessões foram organizadas em grupos-turma, com uma média de 20 a 25 alunos por grupo, e centraram-se na exploração vocacional, desenvolvimento de competências de adaptabilidade de carreira e apoio à tomada de decisão educativa. Os dados foram recolhidos em dois momentos: pré- teste (antes do início das sessões) e pós-teste (após a última sessão), com o objetivo de avaliar as mudanças nos níveis de adaptabilidade de carreira e certeza vocacional dos participantes. Todo o procedimento foi conduzido de forma ética, com consentimento informado dos encarregados de educação e aprovação institucional das direções escolares.

3. Resultados

3.1. Grupo de Controlo

Tabela 2

Resultados no grupo de controlo (n=63)

	T1		T2	
	Média	Desvio-Padrão	Média	Desvio-Padrão
Preocupação	11,05	2,317	10,89	2,095
Controlo	11,86	2,093	12,1	1,775
Curiosidade	11,10	2,03	11,13	2,028
Confiança	11,79	1,868	11,83	1,922
CDS	4,76	1,793	5,02	1,922

No momento T1, os alunos do grupo de controlo apresentavam valores moderadamente positivos em todas as dimensões da adaptabilidade de carreira, com médias acima do ponto médio da escala (6), destacando-se o controlo e a confiança. A certeza vocacional revelou-se relativamente baixa, numa escala de resposta que vai até 8. No momento T2, verifica-se um aumento destes valores.

3.2. Escola A

A Escola A contou com um número expressivo de participantes no grupo de intervenção (N=49). Os resultados apresentam-se na tabela 3, abaixo, indicando um aumento significativo em três das dimensões da adaptabilidade de carreira, a Preocupação, a Curiosidade e a Confiança. As médias no pós-teste destas dimensões apresentaram valores elevados, com destaque para Preocupação (*M*=11.94) e Confiança (*M*=12.08).

Os resultados do Teste *t* para amostras emparelhadas indicaram diferenças estatisticamente significativas nas dimensões da adaptabilidade de Preocupação, Curiosidade e Confiança. O valor de *d* de Cohen para estas dimensões variou de pequena a média magnitude, com *d* = 0.50 para Preocupação, *d* = 0.35 para Controlo, *d* = 0.30 para Curiosidade e *d* = 0.46 para Confiança. Estes efeitos positivos foram particularmente notáveis nas dimensões que envolvem planeamento, exploração e autoeficácia no âmbito da carreira.

A certeza vocacional também apresentou um aumento nos valores de média, estatisticamente significativo, com valores de *d* de Cohen a indicarem uma magnitude de efeito média. Estes resultados sugerem que a intervenção teve um impacto positivo no desenvolvimento de competências psicossociais ligadas à

gestão da carreira, contribuindo para um maior sentido de propósito e confiança dos alunos.

Tabela 3

Resultados na Escola A (n= 49 alunos - 9 turmas)

Dimensão	T1 Média	T1 *DP*	T2 Média	T2 *DP*	t	p	*d* de Cohen
Preocupação	10.78	2.201	11.94	2.106	2.625	0.01	0.50
Controlo	11.94	1.6	12.37	1.965	0.769	0.444	nan
Curiosidade	11.41	2.169	12.2	1.936	2.844	0.005	0.538
Confiança	12.14	1.969	12.57	2.01	1.997	0.048	0.377
Certeza Vocacional	4.78	1.462	5.82	1.453	2.51	0.014	0.462

Em síntese, os resultados sugerem um impacto positivo da intervenção nas competências psicossociais associadas à gestão da carreira em contexto escolar.

3.3. Escola B

Na Escola B, que contou com uma amostra de 42 alunos (em 4 turmas), os resultados revelaram aumentos estatisticamente significativos em todas as dimensões da adaptabilidade de carreira, Preocupação, Controlo, Curiosidade e Confiança, bem como na Certeza Vocacional, como se pode concluir pela leitura da tabela 4, abaixo. Os valores de *d* de Cohen para estas dimensões revelaram efeitos de magnitude média a grande. Estes resultados sugerem que, nesta escola, a intervenção conseguiu promover ganhos robustos no sentido desejado.

Tabela 4

Resultados na Escola B (n= 42 alunos - 4 turmas)

Dimensão	T1 Média	T1 *DP*	T2 Média	T2 *DP*	t	p	*d* de Cohen
Preocupação	11.45	1.95	12.14	2.067	3.02	0.003	0.60
Controlo	11.76	2.21	12.93	1.659	2.418	0.017	0.48
Curiosidade	11.62	2.16	12.62	1.78	3.875	<0.001	0.77
Confiança	12.21	2.18	12.98	1.506	3.267	0.001	0.65
Certeza Vocacional	5.33	1.83	6.07	1.536	3.115	0.002	0.59

3.4. Escola C

A Escola C demonstrou melhorias com significância estatística na Certeza Vocacional, com um efeito considerado pequeno ($d \approx 0.30$), como se pode observar pela leitura da tabela 5, abaixo. A intervenção foi eficaz em promover uma atitude mais confiante na decisão de carreira a tomar, por parte dos alunos, o que se alinha com os objetivos do programa de intervenção vocacional.

Tabela 5

Resultados na Escola C (n= 50 alunos - 4 turmas)

Dimensão	T1 Média	T1 *DP*	T2 Média	T2 *DP*	t	p	*d* de Cohen
Preocupação	11.18	2.21	11.36	2.328	1.13	0.261	nan
Controlo	12.46	1.887	12.60	2.507	1.251	0.213	nan
Curiosidade	11.34	1.88	11.86	2.304	1.797	0.075	nan
Confiança	12.28	1.796	12.52	2.243	1.772	0.079	nan
Certeza Vocacional	5.06	1.646	5.70	1.657	1.996	0.045	0.376

3.5. Escola D

A Escola D, que representou o maior número de participantes na intervenção (N=108) e beneficiou da presença de duas psicólogas na implementação do programa. Os resultados obtidos demonstraram aumentos em todas as dimensões, mas estatisticamente significativos, apenas na Certeza Vocacional, conforme evidenciado na tabela 6, abaixo.

Tabela 6

Resultados na Escola D (n= 108 alunos - 10 turmas)

Dimensão	T1 Média	T1 *DP*	T2 Média	T2 *DP*	t	p	*d* de Cohen
Preocupação	11.18	2.703	11.55	2.142	1.952	0.053	0.152
Controlo	11.94	2.15	12.17	2.269	0.214	0.831	0.104
Curiosidade	11.28	2.315	11.49	2.181	1.079	0.282	0.093
Confiança	11.76	2.212	12.08	2.226	0.768	0.444	0.144
Certeza Vocacional	4.93	1.797	5.88	1.581	3.021	0.003	0.502

Os valores de d de Cohen para as dimensões avaliadas, situaram-se na faixa de magnitude pequena a média, neste último caso, na certeza vocacional, evidenciando que a intervenção teve um impacto importante na confiança alcançada pelos alunos no que respeita ao resultado do processo de tomada de decisão acompanhado pelos psicólogos, ao longo do programa.

4. DISCUSSÃO

A literatura reconhece que intervenções breves podem ser eficazes em fases críticas do desenvolvimento vocacional, especialmente quando incidem sobre dimensões como a Preocupação (planeamento e projeção do futuro) e a Curiosidade (exploração ativa), que se mostraram particularmente responsivas nas Escolas A e B. Tais competências alinham-se com o conceito de agência vocacional, essencial à autorregulação e ao bem-estar académico (Dietrich & Lazarides, 2022).

As escolas com melhores resultados (A e B) partilharam características contextuais relevantes: a presença de psicólogos escolares com maior estabilidade e experiência prévia no programa, e uma maior articulação institucional com os agentes educativos. Estes fatores podem ter favorecido uma melhor adaptação do programa às necessidades locais, maior fidelidade na implementação e a criação de ambientes psicopedagógicos mais favoráveis à reflexão vocacional. Tal como sugerem Howard et al. (2021), a eficácia das intervenções de carreira depende não apenas dos conteúdos do programa, mas também do contexto de aplicação, da qualidade da implementação e da relação estabelecida entre os psicólogos e os participantes.

Nas Escolas C e D, é possível que fatores como maior número de alunos por grupo, menor experiência das psicólogas com o programa ou menor envolvimento institucional, tenham atenuado os efeitos da intervenção. No entanto, os resultados na CDS demonstram que mesmo em contextos menos estruturados, a intervenção promoveu autorreflexão e mobilização de processos decisórios (Savickas, 2005; Taveira, 2004).

A dimensão da certeza vocacional, avaliada pela Career Decision Scale (CDS), foi a variável com maior sensibilidade à intervenção, com ganhos significativos em todas as escolas com programa implementado. Mesmo nas Escolas C e D — onde não se verificaram diferenças significativas nas dimensões da adaptabilidade — a certeza vocacional apresentou aumentos estatisticamente relevantes, sugerindo que o programa foi eficaz na clarificação das intenções académicas e profissionais dos alunos, mesmo quando o impacto sobre outras dimensões foi mais modesto.

Além disso, a análise dos dados do grupo de controlo fortalece a robustez dos achados. Os alunos que não participaram da intervenção não apresentaram melhorias estatisticamente significativas, o que confirma o valor acrescentado do programa e reforça a sua relevância enquanto prática psicopedagógica baseada em evidências. De acordo com Urbanaviciute et al. (2021), a adaptabilidade de carreira é um fator protetor relevante, especialmente em contextos de instabilidade e mudança — como é o caso das transições escolares e profissionais vividas pelos jovens do 9.º ano.

Uma hipótese plausível para explicar estas diferenças surge a partir da estrutura de apoio disponível em cada escola, nomeadamente, a presença de psicólogos escolares com maior experiência e estabilidade demonstram maior fidelidade na aplicação do programa, ajustando-o com sensibilidade às necessidades dos alunos. A criação de *rapport*, a adaptação do conteúdo à realidade local e a integração curricular são aspetos

que potencialmente contribuíram para o impacto mais expressivo nessas escolas. A literatura, nomeadamente Howard et al. (2021), reconhece a importância do papel do psicólogo como facilitador do desenvolvimento vocacional em articulação com a gestão escolar e com a comunidade educativa.

Os resultados deste estudo confirmam a eficácia do Programa Intermunicipal de Intervenção Vocacional na promoção da adaptabilidade de carreira e da certeza vocacional entre os alunos do 9.º ano de escolaridade. A análise quantitativa revelou ganhos estatisticamente significativos nas dimensões da Career Adapt-Abilities Scale (CAAS-SF) e na certeza vocacional em três das quatro escolas que integraram os grupos de intervenção (Escolas A, B e C), com maior robustez nos resultados observados nas Escolas A e B. Em contraste, os alunos do grupo de controlo (GC), que não participaram na intervenção, não apresentaram diferenças significativas em quase todas as dimensões, apesar de ligeiros aumentos médios.

5. Limitações do Estudo e Perspetivas Futuras

Apesar dos contributos relevantes deste estudo, importa reconhecer algumas limitações metodológicas e contextuais. Desde logo, a ausência de aleatorização dos grupos de intervenção e controlo compromete a equivalência inicial dos participantes. Apesar de se terem realizado comparações de pré-teste para mitigar este fator, não é possível excluir completamente a influência de variáveis não controladas.

A desigualdade amostral entre escolas também representa uma limitação. Com amostras variando entre 42 e 108 alunos, há uma variabilidade na potência estatística, dificultando a deteção de efeitos significativos em escolas com menor número de participantes. Além disso, a natureza transversal do estudo impede a análise da durabilidade dos efeitos, impossibilitando concluir sobre o seu impacto a médio ou longo prazo.

A investigação futura deverá adotar metodologias mistas, combinando abordagens quantitativas e qualitativas, como entrevistas ou focus group com alunos, psicólogos e professores, para compreender os processos de mudança gerados pela intervenção. Além disso, a implementação de estudos longitudinais permitirá acompanhar a evolução das competências vocacionais ao longo do tempo, aferindo a durabilidade dos ganhos identificados.

A introdução do grupo de controlo nesta versão revista da investigação constitui um avanço metodológico relevante. No entanto, a sua composição, embora útil como grupo de comparação, não resulta de uma amostragem aleatória nem controla completamente fatores contextuais (por exemplo, o perfil do psicólogo ou a cultura institucional da escola). Estes aspetos devem ser aprofundados em estudos futuros com delineamentos experimentais mais robustos.

Seria ainda relevante aprofundar o papel das variáveis institucionais e familiares no sucesso da intervenção. O envolvimento da direção escolar, a cultura institucional, o apoio familiar e a presença de recursos complementares podem condicionar a eficácia das estratégias vocacionais. Além disso, a adaptação do modelo para alunos com necessidades educativas especiais ou provenientes de contextos socialmente vulneráveis constitui um campo de pesquisa prioritário, com elevado valor inclusivo e formativo.

6. Contribuições para a Psicologia da Educação

A Psicologia da Educação oferece uma base teórica sólida para a compreensão das interações entre o desenvolvimento vocacional e o ambiente escolar. A Teoria Social Cognitiva de Bandura (1986), por exemplo, enfatiza a importância da autoeficácia e do suporte social no processo de tomada de decisão de carreira. Em contextos escolares, a promoção de crenças positivas sobre a própria capacidade pode ser determinante para escolhas bem-sucedidas. Neste estudo, a intervenção incidiu diretamente na autoeficácia de carreira dos alunos, visível no aumento de dimensões como a Confiança na adaptabilidade, onde os participantes expressaram maior convicção nas suas competências de gestão de carreira. Adicionalmente, o formato da intervenção em grupo, com o apoio dos pares e dos psicólogos escolares, funcionou como um sistema de suporte social que facilitou a exploração e a partilha de experiências vocacionais, alinhando-se com os princípios da aprendizagem vicária e da persuasão social de Bandura.

Este estudo oferece contributos valiosos para a Psicologia da Educação, evidenciando que a escola é um espaço privilegiado para o desenvolvimento de competências vocacionais e para a promoção do bem-estar e da autorregulação dos alunos. A intervenção implementada demonstrou que é possível, mesmo em programas de curta duração, induzir mudanças significativas nas atitudes e perceções dos alunos em relação à carreira.

Dietrich e Lazarides (2022) defendem que a promoção da adaptabilidade vocacional contribui não apenas para decisões mais informadas, mas também para o fortalecimento da capacidade de os alunos regularem os seus objetivos, motivações e aprendizagens. Os dados deste estudo, nomeadamente o aumento da Preocupação e da Curiosidade nas Escolas A e B, alinham-se com esta perspetiva, sugerindo que a intervenção reforçou o sentido de agência e de propósito vocacional.

Os resultados também realçam o papel central do psicólogo escolar, cuja atuação colaborativa com docentes, direção e entidades externas se revelou determinante para o sucesso da intervenção, cuja atuação colaborativa com docentes, direção e entidades externas se revelou determinante para o sucesso da intervenção. No contexto deste programa, essa colaboração manifestou-se na articulação prévia para a integração das sessões no calendário escolar, no envolvimento da direção na legitimação da intervenção junto da comunidade educativa, e na partilha de informação relevante sobre os alunos, sempre que apropriado e ético. A experiência e a capacidade de mediação do psicólogo foram cruciais para assegurar uma implementação coesa e adaptada às necessidades de cada escola, otimizando o ambiente para o desenvolvimento vocacional e servindo de ponte entre o programa e as dinâmicas institucionais.

Conforme proposto por Howard et al. (2021), a articulação entre atores institucionais é fundamental para maximizar os efeitos de programas desta natureza. No presente estudo, a presença de

psicólogos com experiência nas Escolas A e D traduziu-se em maior eficácia da intervenção.

Finalmente, destaca-se a importância da colaboração entre universidades e redes intermunicipais, como exemplificado pela parceria entre a Universidade do Minho e a CIM do Ave. Esta cooperação constitui um modelo exemplar de transferência de conhecimento científico para a prática, conforme preconizado pela UNESCO (2021) e pelo CEDEFOP (2020). Trata-se, portanto, de uma via estratégica para fortalecer políticas públicas educacionais com base em evidência, assegurando equidade e inclusão nos processos de desenvolvimento vocacional.

7. **Referências**

Arulmani, G., Bakshi, A. J., & Watts, A. G. (Eds.). (2014). *Career guidance and livelihood planning across the world: Revisiting career guidance for development*. Springer.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice Hall. Cardoso, P., Janeiro, I. N., & Duarte, M. E. (2017). Life design counseling group intervention with Portuguese adolescents: A process and outcome study. *Journal of Career Development, 45*(2), 183–196. https://doi.org/10.1177/0894845316687668

Carvalho, C. L. (2020). *Adaptabilidade de carreira: Eficácia da intervenção vocacional em diferentes anos letivos* [Dissertação de mestrado, Universidade do Minho]. RepositóriUM.

CEDEFOP. (2020). *Career guidance policy and practice in the pandemic: Results of a joint international survey 2020*. Publications Office of the European Union.

Cordeiro, A., Taveira, M. C., Neves, J., Silva, A., Rodrigues, S., & Costa-Lobo, C. (2017). Efeitos de uma intervenção psicológica vocacional na adaptabilidade de carreira. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente, 8*, 93–104.

Correia, N. (2016). *Adolescentes em contexto escolar: Relações entre autoconceito, motivação e exploração vocacional* [Tese de mestrado, Universidade do Minho]. RepositóriUM.

Di Fabio, A., & Maree, J. G. (2012). Career construction and life design: Heralding a new beginning to career counseling in the 21st century. *Journal of Career Assessment, 20*(1), 1–5. https://doi.org/10.1177/1069072711420834

Dietrich, J., & Lazarides, R. (2022). Career-related exploration and commitment among adolescents: The role of motivation and school engagement. *Journal of Vocational Behavior, 134*, 103710. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2022.103710

Duarte, M. E., Soares, M. C., Fraga, S., Rafael, M., Lima, M. R., Paredes, I., Agostinho, R., & Djaló, A. (2012). Career Adapt-Abilities Scale – Portugal Form: Psychometric properties and relationships to employment status. *Journal of Vocational Behavior, 80(3), 725-729. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.01.019*

ELGPN – European Lifelong Guidance Policy Network. (2015). *The guidelines for policies and systems development for lifelong guidance: A reference framework for the EU and for the Commission*. University of Jyväskylä.

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. Norton & Company.

Faria, L. (2008). *Autoconceito e desenvolvimento vocacional: Um estudo com adolescentes do 9.º ano de escolaridade* [Tese de doutoramento, Universidade do Minho]. RepositóriUM.

Faria, L., & Azevedo, M. L. (2004). Desenvolvimento vocacional na adolescência: Transições e projetos. *Revista Portuguesa de Pedagogia, 38*(2), 47–65.

Faria, L., Araújo, A., Taveira, M. C., & Pinto, J. (2008). Consulta psicológica vocacional em grupo: Estudo de caso com alunos de 9.º ano de escolaridade. *Psicologia, Educação e Cultura, 12*(1), 45–60.

Guichard, J. (2005). Life-long self-construction. *International Journal for Educational and Vocational Guidance, 5*(2), 111–124.

Hall, D. T. (2002). *Careers in and out of organizations*. Sage Publications.

Hirschi, A. (2012). The career resources model: An integrative framework for career counsellors. *British Journal of Guidance & Counselling, 40*(4), 369–383.

Hirschi, A., & Valero, D. (2022). Career adaptability as a resource for dealing with career-related transitions and challenges. In P. J.

Hartung, M. L. Savickas, & W. B. Walsh (Eds.), *APA handbook of career intervention: Applications* (Vol. 2, pp. 123–138). American Psychological Association.

Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (3rd ed.). Psychological Assessment Resources.

Holland, J. L., Daiger, D. C., & Power, P. G. (1981). *My vocational situation: Description of an experimental diagnostic form for the selection of vocational assistance*. Consulting Psychologists Press.

Hooley, T., Sultana, R. G., & Thomsen, R. (2017). *Career guidance for social justice: Contesting neoliberalism*. Routledge.

Howard, K. A. S., Solberg, V. S., & Brown, D. (2021). Career interventions in schools: Evolution, frameworks, and evidence. In N. Arthur, R. G. McMahon, & M. McMahon (Eds.), *Handbook of career development: International perspectives* (2nd ed., pp. 313–328). Springer. Disponível em: https://doi.org/10.1007/978-3-030-25153-6_20

Johnston, C. S., Luciano, E. C., & Maggiori, C. (2020). Career adaptability and job satisfaction in adulthood: Exploring the mediating role of life meaning. *Journal of Vocational Behavior, 118*, 103396. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103396

Krumboltz, J. D., Mitchell, A. M., & Jones, G. B. (1979). A social learning theory of career selection. In A. M. Mitchell, G. B. Jones, & J. D. Krumboltz (Eds.), *Social learning and career decision making* (pp. 19–49). Carroll Press.

Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior, 45*(1), 79–122.

Maggiori, C., Rossier, J., & Savickas, M. L. (2017). Career Adapt-Abilities Scale–Short Form (CAAS-SF): Construction and validation. *Journal of Career Assessment, 25*(2), 312–325. Disponível em: https://doi.org/10.1177/1069072714565856

Medeiros, M. (2015). *Processos de desenvolvimento vocacional no ensino secundário: Um estudo com adolescentes*

em contexto escolar [Dissertação de mestrado, Universidade do Minho]. RepositóriUM.

Ministério da Educação. (2020). *Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória*. Direção-Geral da Educação.

Munhoz, A. P., Melo-Silva, L. L., & Oliveira, D. B. (2011). Avaliação de programa de intervenção em orientação profissional para adolescentes. *Revista Brasileira de Orientação Profissional, 12*(2), 195–206.

Nota, L., & Rossier, J. (Eds.). (2015). *Handbook of life design: From practice to theory and from theory to practice*. Hogrefe Publishing.

Osipow, S. H., & Winer, J. (1987). The Career Decision Scale (CDS). In D. J. Muchinsky (Ed.), *Psychological testing in personnel assessment* (pp. 104–107). Lawrence Erlbaum Associates. Osipow, S. H., Carney, C. G., Winer, J., Yanico, B. J., & Koschier, M. P. (1976). *The Career Decision Scale*. Marathon Consulting & Press.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2019). *Desenvolvimento humano* (14.ª ed., A. S. S. Bueno, Trad.). AMGH Editora.

Patton, W., & McMahon, M. (2014). *Career development and systems theory: Connecting theory and practice* (3rd ed.). Sense Publishers.

Rossier, J., Ginevra, M. C., Nota, L., & Hirschi, A. (2023). The future of career guidance: Challenges and recommendations. *Journal of Career Assessment, 31*(1), 4–21. Disponível em: https://doi.org/10.1177/10690727221140465

Santos, B. S. (2000). *A crítica da razão indolente: Contra o desperdício da experiência*. Edições Afrontamento.

Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (pp. 42–70). John Wiley & Sons.

Savickas, M. L. (2013). Career construction theory and practice. In R. W. Lent & S. D. Brown (Eds.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (2nd ed., pp. 147– 183). John Wiley & Sons.

Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior, 80*(3), 661– 673.

Soares, M., Taveira, M. C., Barroso, L., & Silva, A. (2022). Adaptabilidade de carreira em jovens portugueses: Estudo psicométrico da versão reduzida da Career Adapt-Abilities Scale (CAAS- SF). *Revista Brasileira de Orientação Profissional, 23*(1), 1–13.

Super, D. E. (1953). A theory of vocational development. *American Psychologist, 8*(5), 185–190.

Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D. Brown & L. Brooks (Eds.), *Career choice and development: Applying contemporary theories to practice* (2nd ed., pp. 197–261). Jossey-Bass.

Super, D. E., Savickas, M. L., & Super, C. M. (1996). The life-span, life-space approach to careers. In D. Brown, L. Brooks,

& Associates (Eds.), *Career choice and development* (3rd ed., pp. 121–178). Jossey-Bass.

Taveira, M. C. (1997). *Escala de decisão vocacional: Estudo de validação para a população portuguesa* [Dissertação de mestrado, Universidade do Minho]. Universidade do Minho, Instituto de Educação e Psicologia.

Taveira, M. C. (2004). *Desenvolvimento vocacional em contexto escolar: Intervenção e investigação*. Universidade do Minho.

Taveira, M. C. (2004). Os serviços de desenvolvimento vocacional em Portugal: Algumas notas-estímulo para reflexão. *Psychologica, 38*(2), 213–234.

Taveira, M. C. (2015). *Futuro Bué! – Programa de Intervenção em Desenvolvimento Vocacional e Carreira*. Universidade do Minho.

Taveira, M. C., & Faria, L. (2009). Desenvolvimento vocacional e exploração: Uma análise teórica e empírica da relação entre carreira e identidade. *Revista Brasileira de Orientação Profissional, 10*(2), 7–20.

Taveira, M. C., & Silva, A. D. (2012). Promoção do desenvolvimento vocacional em meio escolar: Estudos de avaliação de programas de intervenção. In M. C. Taveira (Org.), *Desenvolvimento vocacional e intervenção psicológica em contexto escolar* (pp. 125–151). Universidade do Minho, Centro de Investigação em Psicologia.

Taveira, M. C., Leal, J., & Vieira, C. C. (2017). Promoção da adaptabilidade de carreira no ensino básico: Resultados de uma intervenção vocacional com alunos do 9.º ano. *Revista Brasileira de Orientação Profissional, 18*(3), 513–524.

UNESCO. (2021). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379707

Urbanaviciute, I., Fasel, N., & Rossier, J. (2021). A meta-analysis of the career adaptability–well-being relationship. *Journal of Vocational Behavior, 126*, 103491. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103491

Whiston, S. C., & Rose, P. (2015). Career counseling process and outcome. In P. J. Hartung, M. L. Savickas, & W. B. Walsh (Eds.), *APA handbook of career intervention: Vol. 2. Applications* (pp. 177–190). American Psychological Association.