



Universidade de Coimbra
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

UC/EPCE-2014

Análise de Projetos Pessoais de alunos do 9º ano de escolaridade do Ensino Básico

Tânia Sofia Ferreira Ribeiro (e-mail: 13.taniaribeiro@gmail.com)

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, Desenvolvimento e Aconselhamento sob a orientação do Professor Doutor Pedro Urbano

Análise de Projetos Pessoais de alunos do 9º ano de escolaridade do Ensino Básico

Resumo: Este estudo incide sobre os projetos pessoais numa amostra de alunos do 9º ano de escolaridade. A literatura revista incide na Psicologia da Personalidade, nos projetos pessoais e na adolescência, e na relação entre estes assuntos. Na segunda parte deste estudo são apresentados os procedimentos e resultados da aplicação do instrumento “Análise dos Projetos Pessoais” (*Personal Project Analysis* – PPA; Little, 1983) a 66 sujeitos. As conclusões indicam que os resultados obtidos neste estudo são, em geral, semelhantes aos revistos na literatura, sendo de destaque a importância superior que os projetos pessoais interpessoais assumem para os adolescentes.

Palavras chave: Projetos Pessoais, Personalidade, Adolescentes.

Personal Projects Analysis of students from 9th grade

Abstract: This study addresses the personal projects in a sample of students from 9th grade. The reviewed literature focuses in the Personality Psychology, in the personal projects and in the adolescence, and in the relationship between these subjects. In the second part of this study the procedures and results from the application of the *Personal Project Analysis* – PPA (Little, 1983) to 66 individuals are presented. The conclusions indicate that the the results obtained in this study are generally similar to those reviewed in the literature, and the importance of personal projects about interpersonal relationships to adolescents is highlighted.

Key Words: Personal Projects, Personality, Adolescents.

Agradecimentos

Ao Professor Doutor Pedro Urbano agradeço a orientação prestada ao longo do último ano letivo. As críticas, as sugestões e as informações que dele recebi marcaram e refletem-se neste trabalho.

À Psicóloga Isabel Silva, ao Ex. Sr. Diretor Pe. Dr. Manuel Carvalheiro Dias, e aos restantes membros do Conselho Pedagógico do Colégio São Teotónio, agradeço a resposta positiva ao meu pedido para realizar a investigação aqui apresentada com a participação dos seus alunos.

Ao Professor António Filipe agradeço a generosidade, interesse e entusiasmo com que acolheu o meu pedido para utilizar o tempo e o espaço das suas aulas, dando-me assim a oportunidade de apresentar e estudar este tema. Agradeço-lhe especialmente o olhar atento, as sugestões desafiantes e as frases encorajadoras – que se tornaram mais importantes do que poderiam parecer – por serem sinónimo de crença nas minhas capacidades, e por serem aquilo de que me lembrava quando, por momentos, me faltava a força de vontade e a esperança.

Aos Encarregados de Educação que autorizaram os seus educandos a participar, e aos próprios alunos que antes disso aceitaram conhecer o tema desta investigação, o meu muito obrigada, pela sua prestação fundamental para a elaboração deste trabalho.

A todos, obrigada.

Índice

Análise de Projetos Pessoais de alunos do 9º ano de escolaridade do Ensino Básico.....	2
Personal Projects Analysis of students from 9th grade	2
Introdução	1
I – Enquadramento conceptual	2
1.Da Psicologia da Personalidade aos Projetos Pessoais	2
2.Os projetos pessoais na adolescência.....	3
II - Objetivos	4
III - Metodologia	4
1.Descrição e caracterização da amostra.....	4
2.Instrumentos.....	6
3.Procedimentos.....	6
IV - Resultados.....	7
V - Discussão	9
VI - Conclusões.....	11
Bibliografia	12
Anexos.....	13
Anexo 1	13
Anexo 2.....	14
Anexo 3.....	16

Introdução

O objetivo deste estudo consistiu, numa primeira parte, em fazer uma revisão da literatura acerca dos projetos pessoais, e, numa segunda parte, na aplicação do instrumento de avaliação “Análise dos Projetos Pessoais” (*Personal Project Analysis – PPA*; Little, 1983) e interpretação dos resultados obtidos junto de uma amostra de alunos do 9º ano de escolaridade, do Ensino Básico, do Colégio São Teotónio, que está situado na cidade de Coimbra.

Iniciar-se-á a revisão teórica pelo novo interesse que fez ressurgir a investigação na Psicologia da Personalidade na década de 1980 (Lima, 1999), passando-se a apresentar a definição de unidades de análise e qual o seu papel neste domínio da Psicologia (Pervin, Cervone & John, 2005), e continuando para se apresentar os projetos pessoais e os conceitos que lhes são subjacentes (Little, 1983; Little, Salmela-Aro & Philips, 2007; Little, 1999), para que no final se possa relacionar estas informações com outras, relativas à fase da vida na qual se encontram os sujeitos da amostra desta investigação, que é a adolescência.

Da explanação dos objetivos desta investigação, que são o caracterizar socio demograficamente a amostra e realizar a categorização dos seus projetos pessoais, segue-se o terceiro capítulo deste estudo, no qual se cumpre, justamente, o primeiro objetivo anteriormente referido. Além disso, também é realizada a descrição dos instrumentos aplicados e dos procedimentos necessários para a recolha de dados.

No quarto capítulo deste estudo são apresentados os resultados obtidos, e no quinto é realizada uma reflexão entre os ditos resultados e a literatura consultada, incidindo principalmente nas investigações realizadas com amostras de uma faixa etária semelhante ou próxima.

Por último, na conclusão deste trabalho são apresentadas as principais relações que foi possível retirar, assim como também será apresentado um comentário pessoal sobre as vantagens e as limitações encontradas ao longo da preparação deste documento.

I – Enquadramento conceptual

1. Da Psicologia da Personalidade aos Projetos Pessoais

Ao rever as principais teorias da Personalidade, vimos que todas sugerem conceitos relevantes para a estrutura da mesma, conceitos esses que diferem no nível de abstração e na complexidade de organização estrutural (Pervin, Cervone & John, 2005). Segundo os mesmos autores, essas diferenças parecem ter uma relação com a importância que é atribuída a uma estrutura de comportamentos por uma teoria, com a importância que essa teoria dá à estabilidade e consistência do comportamento (2005).

Foi na década de 1980 que se deu um reinvestimento no estudo da Psicologia da Personalidade, depois de momentos de conflitos entre teorias e conseqüente desinteresse nas duas décadas anteriores (Lima, 1999). A partir deste momento histórico as teorias anteriormente elaboradas convergiram para tornar possível o estudo e compreensão da personalidade humana, atribuindo-lhe assim características dinâmicas, assumindo que poderia sofrer variações ao longo da vida, também conforme os diferentes contextos e a multiplicidade de dimensões a avaliar (Lima, 1999).

Inseridos na nova vaga de interesse, os projetos pessoais foram apresentados como uma nova unidade de análise para o estudo da personalidade, no seu contexto social, físico e temporal (Little, 1983). Devido à interação que acontece entre esta unidade de análise e o meio envolvente do ser humano, os projetos pessoais são considerados relevantes para o estudo da personalidade (Little, 1983).

Neste ponto, torna-se interessante referir que as unidades de análise foram brevemente descritas como conceitos estruturais que permitem que diferentes teorias sejam comparadas entre si, uma vez que cada teoria da personalidade avaliará diferentes variáveis, que, por sua vez, nos poderão fornecer informações sobre um mesmo objeto de estudo, estando assim relacionadas de forma sistemática (Pervin, Cervone, & John, 2005).

Ainda sobre a necessidade de novas unidades de análise para sustentarem a investigação na área da Psicologia da Personalidade, esta foi justificada pela convergência de processos internos e de influências externas, assim como pela convergência de constructos e contextos (Little, Salmela-Aro, & Phillips, 2007).

A noção de “especialização” é relevante para a compreensão da origem do estudo dos projetos pessoais (Little, 1983, 1999). Assim, a “especialização psicológica” foi definida como o direcionamento seletivo das orientações e das capacidades dos indivíduos ao longo da sua adaptação ao meio (Little, 1983). Mais tarde, um novo olhar do autor sobre este tema levou-o a acrescentar a esta definição que as trocas realizadas entre os indivíduos e o meio que os rodeia acontecem por ciclos, nos quais os fatores afetivos, cognitivos e comportamentais são mutualmente facilitadores (Little, 1999). Esta relação foi exemplificada do seguinte modo: quanto maior for a orientação afetiva de um indivíduo para um determinado domínio, maior será também o grau de diferenciação cognitiva e de integração, e,

consequentemente, maior será a probabilidade desse mesmo indivíduo ter comportamentos relacionados com o dito domínio (Little, 1999).

Little (1983) chamou a atenção para a necessidade da existência de unidades de análise operacionalizáveis, e propôs os projetos pessoais para cumprirem esse papel.

É curioso referir que numa época muito aproximada, outro autor iniciava o seu trabalho sobre um tema muito semelhante ao de Little, que seria o de estudar os objetivos pessoais enquanto, também, unidades de análise (Emmons, 1999).

Mais tarde, os projetos pessoais (Little, 1983) e os objetivos pessoais (Emmons, 1986) viriam a ser incluídos num grupo ao qual o primeiro chamou Constructos de Ação Pessoal (*Personal Actions Constructs* – PAC) (Little, 1989).

Estes Constructos de Ação Pessoal (*Personal Actions Constructs* – PAC) (Little, 1989) seriam unidades do nível médio da personalidade (McAdams, 1992), cuja ênfase estaria centrada na ação pessoal.

As teorias da Personalidade pertencentes a este nível médio ou intermédio foram categorizadas em três grupos: “Eus possíveis e histórias pessoais”, “Guiões interpessoais e audiências privadas” e, por último, “Tarefas/ empenhamentos e estratégias de vida”, onde estão inseridos os projetos pessoais (Little, 1983) (Cantor e Zirkel, 1990, in Lima, 2002).

Os projetos pessoais foram descritos como conjuntos de atos inter-relacionados que se prolongam no tempo, e que pretendem manter ou atingir uma situação prevista pelo indivíduo (Little, 1983). A esta definição pode ser acrescentado que são conjuntos de atividades às quais o ser humano dá importância, que podem partir da sua iniciativa ou serem-lhe atribuídos por outro, que podem ser individuais ou partilhados, podem ser de uma importância determinante para a vida do indivíduo ou podem ser realizações comuns da vida quotidiana, podem ser grandes persecuções de uma vida, e, por último, podem ser projetos normativos ou idiossincráticos (Albuquerque & Lima, 2007).

Os projetos pessoais têm sido estudados enquanto influentes ou preditores do bem-estar dos indivíduos (Little & Chambers, 2004), uma vez que a cada um o ser humano atribui um significado e estrutura que vai ditar o seu comportamento e a qualidade do seu bem-estar, conforme seja um objetivo cuja persecução seja prazerosa ou fonte de frustração (Little, 1999).

É também de realçar que a persecução de um determinado projeto pode afetar a persecução de outro, o que muitas vezes acontece para harmonizar os sistemas e contextos em que se encontram (Little, 1999, 2007).

2. Os projetos pessoais na adolescência

Os projetos pessoais, quando avaliados durante a adolescência, podem ser uma fonte de informação sobre uma importante dimensão, tanto da “Análise dos Projetos Pessoais” (*Personal Project Analysis* – PPA; Little, 1983), como, em geral, dessa fase de desenvolvimento: a identidade (Little, 1987).

Durante o período da adolescência ocorrem mudanças no

desenvolvimento físico, cognitivo, moral e social dos indivíduos, de forma gradual (Sprinthall & Collins, 1994), e é devido a estas mudanças que a formação da identidade é tida como a principal tarefa desenvolvimental deste período (Erikson, 1968, in Sprinthall & Collins, 1994).

Uma outra informação a que a metodologia de Little (1983) permite chegar tem a ver com o efeito das transições, no caso dos adolescentes, escolares, porque a partir da construção do projeto vocacional, o adolescente poderá construir um projeto pessoal e significativo (Duarte & Vilaça, 2004).

Por outro lado, também a construção da identidade vocacional tem efeitos na construção da identidade, na sua forma mais geral (Duarte & Vilaça, 2004).

Já Little (1987), ao estudar a relação das teorias da ação com a personalidade, identificou dois fatores que a caracterizam: o primeiro, o contexto intencional da ação, e o segundo, o contexto ecológico da ação. A partir destes dois, o autor acrescentou-lhes outro: o contexto sistemático da ação.

Estes diferentes contextos da ação humana ajudaram à compreensão de que os projetos pessoais são parte de um sistema de compromissos e preocupações, o que lhes dá carácter cognitivo e emocional (Little, 1987).

Assim, para uma avaliação ainda mais completa o estudo de cada projeto pessoal pode incidir na identificação de cada um destes três contextos, sendo que o intencional será a exposição clara dos motivos e propósitos para a persecução de um determinado projeto, o contexto sistémico será a avaliação da interação entre um dado projeto e os outros do mesmo indivíduo, e por último, o ecológico, em que se deve tentar reunir informação sobre o ambiente em que está envolto o indivíduo e os projetos que escolheu perseguir (Little, 1987).

II - Objetivos

O objetivo geral desta investigação é o de descrever quais são as principais preocupações e aspirações, e para qual (ou quais) dimensões pessoais e sociais estão mais direcionadas, de uma amostra de alunos do 9º ano de escolaridade, do Ensino Básico, através da categorização dos seus projetos pessoais.

Um segundo objetivo deste estudo será comparar os resultados obtidos com os resultados já existentes, interpretando-os e refletindo sobre eles e sobre as informações que poderão surgir a partir daí.

III - Metodologia

1. Descrição e caracterização da amostra

A investigação aqui apresentada incidiu sobre os dados recolhidos numa amostra de alunos do 9º ano de escolaridade, do 3º ciclo do Ensino Básico, no Colégio São Teotónio, instituição situada em Coimbra.

As informações sociodemográficas que serão de seguida apresentadas foram recolhidas através de um questionário criado especificamente para esta investigação, e que contemplava questões sobre a idade e sexo do participante,

o seu percurso escolar, e também sobre o seu contexto familiar, incidindo especificamente sobre a pertença, ou não, a uma fratria, e se sim, qual o seu tamanho e qual a posição ocupada.

A caracterização sociodemográfica da amostra será apresentada nas tabelas seguintes:

Tabela 1. Caracterização da amostra relativamente à variável “Sexo”

	N	Percentagem %
Masculino	38	57,6
Feminino	28	42,4
Total	66	100,0

A amostra deste estudo é constituída por 66 sujeitos, dos quais 38 são do sexo masculino (57,6 %) e 28 são do sexo feminino (42,4 %), como é possível verificar na Tabela 1.

Já em relação às idades dos sujeitos, tal como está apresentado na Tabela 2, a média é de 15,1 anos (M =15,1; DP = 0,8). O sujeito mais novo desta amostra tinha, na data da recolha de dados, 13,9 anos de idade (Mín.= 13,9), enquanto o mais velho tinha 18,2 (Máx.= 18,2).

Tabela 2. Caracterização da amostra relativamente à variável “Idade”

Idade				
N	Min.	Máx.	Média	D. P.
66	13,9	18,2	15,1	0,8

Para reunir informação sobre o percurso escolar dos sujeitos, foi-lhes questionado se já tinham ficado retidos em algum ano escolar. As respostas recolhidas estão sintetizadas na Tabela 3, onde é possível observar que dos 66 sujeitos, 11 responderam que sim (16,7 %). Destes, 2 são do sexo feminino (3,0 %) e 9 do sexo masculino (13,6 %).

Tabela 3. Caracterização da amostra relativamente à variável “Retenções”

	N	Percentagem Total %
Masculino	9	13,6
Feminino	2	3,0
Total	11	16,7

Por último, as últimas questões colocadas aos alunos do 9º ano para cumprir o objetivo de os caracterizar socio demograficamente diziam respeito ao seu meio familiar, nomeadamente à existência ou não de irmãos e, se sim, ao tamanho e posição na fratria. As Tabelas 4, 5 e 6 reúnem as informações recolhidas.

Tabela 4. Caracterização da amostra relativamente à variável “Irmãos”

	N	Percentagem %
Tem irmãos	47	71,2
Não tem irmãos	19	28,8
Total	66	100,0

Como está explícito acima (Tabela 4), dos 66 alunos que participaram na investigação, 19 são filhos únicos (28,8%) e 47 têm irmãos (71,2%).

Tabela 5. Caracterização da amostra relativamente à variável “Fratrãria”

	N	Percentagem %
Filho mais velho	14	29,8
Filho do meio	7	14,9
Filho mais novo	26	55,3
Total	66	100,0

Dos 47 alunos que têm irmãos, 14 são o filho mais velho (29,8 %), 7 são o filho do meio (14,9 %) e 26 são o filho mais novo (55,3 %) - Tabela 5.

Tabela 6. Caracterização da amostra relativamente à variável “Tamanho da frãtria”

	N	Percentagem %
Um irmão	26	55,3
Dois irmãos	15	31,9
Três ou mais irmãos	6	12,8
Total	47	100,0

Por último, em relação ao tamanho da frãtria, dos 47 alunos que têm irmãos, 26 têm um irmão (55,3 %), 15 têm dois irmãos (31,9 %) e 6 têm três ou mais irmãos (12,8 %), como pode ser consultado na Tabela 6.

2. Instrumentos

O protocolo de investigação aplicado aos sujeitos continha um questionário sócio demográfico (Anexo 1) instrumento aplicado aos participantes foi a “Análise dos Projetos Pessoais” (*Personal Project Analysis* – PPA; Little, 1983). Em Portugal está disponível uma versão para investigação (Lima, 2002a), que foi a utilizada neste estudo, após pedido de autorização à autora e receção da respetiva resposta positiva.

O instrumento utilizado está dividido em dois módulos, sendo que no primeiro, o “Módulo 1: Explicitação dos projetos”, os participantes deveriam escrever o maior número possível de projetos pessoais em que já estivessem envolvidos ou gostariam de vir a estar, num tempo de 10 a 15 minutos; já no “Módulo 2: Matrizes de classificação dos Projetos e definição das dimensões”, os participantes deveriam completar duas matrizes, A e B, que permitiriam avaliar os projetos pessoais que escolhessem como mais significativos a partir da lista construída anteriormente, em 18 dimensões cognitivas e 9 dimensões emocionais. Por último, foi-lhes apresentada uma terceira matriz, C, onde os participantes poderiam explicitar como, ou se, os seus projetos pessoais interfeririam entre si e também um quadro onde poderiam atribuir categorias aos seus projetos pessoais.

3. Procedimentos

O primeiro passo para que a investigação aqui apresentada se pudesse realizar foi a obtenção de autorização do Exmo. Sr. Diretor do Colégio São Teotónio e do restante Conselho Pedagógico, que foi conseguida no início do

mês de Abril de 2014.

A partir daqui foi realizado o primeiro contacto com os alunos das três turmas do 9º ano, para que lhes fosse apresentado o tema da investigação e fosse feito o primeiro pedido de colaboração. Além disso, foram também entregues aos alunos os documentos de consentimento informado (Anexo 2), para, por sua vez, serem entregues aos Encarregados de Educação, e devolvidos indicando se autorizariam ou não a participação dos seus educandos na investigação, tendo conhecimento dos objetivos do estudo e das condições de confidencialidade.

Foram entregues 84 pedidos de participação, e destes foram recebidas 2 respostas negativas, 68 respostas positivas, e 14 respostas não foram entregues. Das 68 respostas positivas, 66 alunos constituíram a amostra desta participação, dado que 2 alunos não estiveram presentes no dia da aplicação dos questionários.

É importante referir que antes da aplicação dos instrumentos de avaliação propriamente dita, foi realizada a cada turma uma pequena apresentação sobre o tema aqui tratado. Esta apresentação foi solicitada pelo docente da disciplina de Educação Moral Religiosa e Católica, que cedeu as aulas necessárias para se efetuar a recolha de dados, uma vez que o tema desta investigação coincidia com o do conteúdo programático da disciplina (Anexo 3), substituindo uma aula de 45 minutos a cada uma das três turmas envolvidas.

Nesta investigação os instrumentos de avaliação foram aplicados e diretamente respondidos pelos alunos do 9º ano de escolaridade, em três momentos distintos, uma vez que estes se encontravam divididos por turmas e responderam aos primeiros em contexto de sala de aula, num tempo de 45 minutos.

Estas apresentações e a aplicação dos questionários decorreram entre o dia 24 de Abril e 21 de Maio de 2014.

De todos os dados recolhidos, foi dada mais relevância e destaque ao quadro de categorização dos projetos pessoais, tal como se poderá verificar adiante, assim como também se destacou o número de projetos pessoais.

IV - Resultados

Os primeiros dados relevantes para a investigação são referentes ao número de projetos pessoais que os sujeitos expuseram no Módulo 1 do instrumento, e serão apresentados na seguinte tabela:

Tabela 1. Informações sobre o número de projetos pessoais no Módulo 1

N	Min.	Máx.	Média	DP	Moda
66	2	45	9,5	5,1	8

Daqui é de destacar o valor médio de projetos pessoais ($M= 9,5$; $DP= 5,1$), e o valor máximo ($Máx= 45$) e mínimo ($Min=2$). Estes dois últimos valores referem-se ao número máximo de 45 projetos e mínimo de 2, que dois participantes referiram no preenchimento do módulo 1 do seu respetivo instrumento. Na discussão serão tecidas considerações sobre estes valores e a

informação presente na literatura.

Como a aplicação do instrumento ocorreu num tempo limitado de 45 minutos, alguns alunos não conseguiram responder às questões na totalidade. Este é um aspeto que, em futuras aplicações, deve ser tido em maior consideração, para não ser prejudicial para a recolha de dados como se revelou neste caso. Enquanto avaliadora, aqui fica, humildemente, assumida esta falha e a sugestão de que, se alguma vez se repetir uma investigação semelhante num contexto escolar, se tente aplicar os instrumentos de avaliação num horário mais alargado.

Ainda assim, será apresentada uma tabela com a categorização dos projetos pessoais realizada pelos próprios alunos (Tabela 2), e uma outra com essa mesma categorização, mas elaborada pela avaliadora, admitindo que surgiriam eventuais diferenças na interpretação dos projetos caso isso fosse realizado pelos próprios sujeitos (Tabela 3).

Tabela 2. Média, desvio-padrão e moda dos projetos pessoais por categorias (Alunos)

Categorias	Min.	Máx.	Média	DP	Moda	Total
Académico	0	5	1,8	1,3	2	42
Interpessoal	0	4	1,4	1,1	1	33
Intrapessoal	0	3	0,9	1,1	0	21
Lazer	0	3	1,1	1,0	0	26
Manutenção	0	3	0,2	0,7	0	5
Ocupacional	0	3	0,7	0,8	0	16
Saúde/Corpo	0	2	0,4	0,7	0	10

A informação acima apresentada (Tabela 3) diz respeito às respostas 24 alunos, de um total de 66, que conseguiram responder ao instrumento na totalidade.

Tabela 3. Médias, desvios-padrão e modas dos projetos pessoais por categorias (Avaliadora)

Categorias	Min.	Máx.	Média	DP	Moda	Total
Académico	0	4	1,8	1,0	2	76
Interpessoal	0	5	1,6	1,2	1	66
Intrapessoal	0	4	0,8	1,0	0	34
Lazer	0	5	0,8	1,1	0	34
Manutenção	0	2	0,6	0,7	0	25
Ocupacional	0	3	0,7	0,7	1	31
Saúde/Corpo	0	2	0,6	0,6	0	18

Já a informação presente na Tabela 3 diz respeito à categorização dos projetos pessoais de 42 sujeitos, tendo sido realizada pela avaliadora.

Em ambos os casos, destacam-se as categorias “Académico” e “Interpessoal”, por apresentarem as médias mais elevadas.

As categorias “Lazer”, “Intrapessoal” e “Ocupacional” ocupam, em ambos os casos, posições intermédias.

Por último, as categorias “Saúde/ Corpo” e “Manutenção” apresentam as médias mais baixas.

Segundo a literatura consultada, a “Análise de projetos pessoais” (*Personal Project Analysis* – PPA; Little, 1983) é uma metodologia de investigação flexível e que disponibiliza diferentes módulos de avaliação, o que poderá ser indicador que esta investigação não se tornará inviável por se ter optado por se operacionalizar apenas dois grupos de informação, em vez de todos os módulos disponíveis (Lima, 2002b; Little & Chambers, 2004).

V - Discussão

De acordo com os dados apresentados anteriormente, esta discussão deverá iniciar-se por analisar as questões relativas ao número de projetos pessoais.

Na literatura é possível encontrar fontes que sugerem que um número de projetos pessoais muito baixo pode ser indicador, eventualmente, de alienação ou depressão (Little, 1987), especialmente se os sujeitos não se identificarem com os projetos que estão presentes no seu sistema.

Também na revisão da literatura foi possível encontrar uma afirmação de dois autores que dizem que para aplicações típicas do instrumento de avaliação utilizado nesta investigação, uma listagem de projetos pessoais com menos de três ou mais de cinquenta são estatisticamente raras (Little & Chambers, 2004). Nesta investigação foi possível verificar a existência de uma listagem com apenas dois projetos pessoais (Tabela 1), o que faz com que a designação anteriormente apresentada lhe seja atribuída.

Ainda sobre o mesmo caso, e segundo a mesma fonte, é dito que um número reduzido de projetos pessoais, especialmente entre jovens, pode ser indicador de tédio generalizado, de um fraco sentido de oportunidade e da presença de risco de depressão (Little & Chambers, 2004).

Por outro lado, nesta investigação não surgiu nenhum caso onde fossem listados mais de cinquenta projetos pessoais, dado que o valor máximo foi de 45 (Tabela 1), mas ainda assim é de referir que um número excessivo de projetos pode estar associado a sintomas clínicos, variando entre o *stress* e a ansiedade, até à hipomania (Little & Chambers, 2004).

Ainda assim é ressalvada pelos autores a dificuldade em adotar um número considerado ótimo para qualificar uma listagem de projetos pessoais, uma vez que a complexidade de cada um é variável (Little & Chambers, 2004).

De outro modo, outras investigadoras indicam o número de 20 projetos pessoais como comum na listagem do Módulo 1, o que significaria que a média de projetos pessoais da amostra aqui estudada se encontra abaixo desse valor ($M= 9,5$; $DP= 5,1$), como é possível verificar na Tabela 1 (Albuquerque & Lima, 2007).

Refletindo sobre os resultados obtidos na categorização dos projetos pessoais, quer pela categorização realizada pelos próprios sujeitos, quer pela realizada pela avaliadora, é de referir que as categorias utilizadas foram as presentes e descritas no instrumento “Análise de projetos pessoais” (*Personal*

Project Analysis – PPA; Little, 1983), sem se fazer qualquer alteração.

Num estudo realizado com uma amostra de adolescentes, com idades compreendidas entre os 13 e os 18 anos de idade, foi possível verificar que a maioria dos projetos pessoais dos participantes incidia sobre as relações interpessoais, o trabalho escolar, recreação, questões monetárias e sobre o corpo e a saúde (Little, 1987).

Ainda que não seja comparável, por se tratarem de amostras de países diferentes, analisando esta informação a par da resultante desta investigação, verifica-se que a maioria de projetos pessoais relacionados com as relações interpessoais, o trabalho escolar e a recreação é convergente com os dados aqui recolhidos; por outro lado, as questões monetárias, associadas à categoria “Manutenção”, e os projetos categorizados como “Saúde/ Corpo” não foram muito indicados pelos adolescentes que constituíram a amostra deste estudo (Tabela 2; Tabela 3).

De um outro estudo onde os projetos pessoais de adolescentes foram o objeto de interesse, e ainda que não tenha sido utilizada a mesma metodologia de avaliação que foi utilizada neste caso, é interessante realçar que as categorias dos projetos que foram consideradas mais importantes para os adolescentes foram as relacionadas com as dimensões afetiva e pessoal, o que remete para a categoria “Interpessoal”, uma vez que em ambos os estudos os adolescentes apresentem projetos que refletem preocupação e desejo de ter sucesso nas relações com pessoas significativas (Roazzi & Santana, 1995).

VI - Conclusões

As principais conclusões que se podem retirar deste estudo são que os resultados obtidos da amostra de 66 alunos do 9º ano de escolaridade do Ensino Básico do Colégio São Teotónio são, de forma geral, semelhantes aos resultados encontrados em outras investigações, se considerarmos apenas a categorização dos projetos pessoais, tal como foi realizado no capítulo anterior.

Considerando então a categorização de projetos pessoais, a categoria tida como mais importante para os adolescentes será a “Interpessoal”, informação consensual na revisão da literatura apresentada anteriormente, existindo algumas variações na definição da importância das restantes categorias, mas sendo de destacar, nesta investigação e na de Little (1987), a categoria “Académico”, que diz respeito a aspetos relacionados com a escola/ universidade.

A “Análise de projetos pessoais” (Personal Project Analysis – PPA; Little, 1983) confirmou – de um ponto de vista pessoal – ser um instrumento de avaliação psicológica completo e, por vezes, complexo, tendo sido esse o seu aspeto menos favorável face à quantidade de informação que serve ao avaliador ou psicólogo que a utilize em investigações ou aconselhamento.

O alcance deste estudo ficou reduzido devido a limitações práticas e teóricas, facto que é de lamentar mas que pode ser ultrapassado em investigações futuras.

As limitações práticas sentidas durante a aplicação deste instrumento já foram referidas ao longo do presente documento, prendendo-se com o período de tempo necessário para que, quando aplicado em grupo, todos os participantes o consigam completar. Neste caso específico, quarenta e cinco minutos não foram suficientes para a maioria dos participantes, pelo que esse poderá ser um aspeto a modificar caso se venha a repetir esta investigação num contexto escolar.

Por outro lado, as limitações teóricas que foram sentidas ao longo da elaboração deste documento prendem-se, especificamente, com o tratamento da informação recolhida, sendo que um futuro trabalho pode ser enriquecido se se realizar uma melhor análise.

Todos os outros aspetos relativos à realização deste estudo foram uma prova de interesse, de esforço, de autonomia, de persistência e, por fim, de realização, sendo por isso que será lembrado.

Para concluir, e em relação ao tema e à metodologia aqui estudados, tal como diz o seu principal autor, são fonte de informações relevantes para trabalhos de investigação e/ ou de aconselhamento, podendo ser aplicado ao longo das diferentes fases da vida, e sendo uma mais-valia o seu carácter flexível (Little, 2007).

Bibliografia

- Albuquerque, I., & Lima, M. P. (15 de 10 de 2007). *Personalidade e bem-estar subjectivo: uma abordagem com os projectos pessoais*. Obtido de www.psicologia.com.pt.
- Duarte, Maria Trindade dos Santos & Vilaça, Isabel (2004) A exploração na construção de projetos significativos. Em Taveira, Maria do Céu; Coelho, Helena; Oliveira, Helena & Leonardo, Joana, *Desenvolvimento vocacional ao longo da vida: fundamentos, princípios e orientações* (pp. 221-230) Coimbra: Livraria Almedina.
- Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: na approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1013-1068.
- Lima, M. P. (1999). Introdução: Dar sentido é tornar comum. *Psychologica*, 22, pp. 5-7.
- Lima, M. P. (2002a). *Análise dos projetos pessoais (versão portuguesa para investigação)*. Coimbra: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Lima, M. P. (2002b). Quando o nosso projecto são os Projectos Pessoais. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 36, pp. 291-304.
- Little, B. L., & Chambers, N. C. (2004). Personal project pursuit: on human doings and well-being. Em W. M. Cox, & E. Klinger (Edits.), *Handbook of Motivational Counseling* (pp. 65-82). John Wiley & Sons, Ltd.
- Little, B. R. (1983). Personal Projects: A Rationale and Method for Investigation. *Environment and Behavior*, 15, pp. 273-309.
- Little, B. R. (1987). Personal projects and fuzzy selves: aspects of self-identity in adolescence. Em T. Honess, & K. Yardley (Edits.), *Self and identity: Perspectives across the lifespan* (pp. 230-245). U.S.A.: Routledge & Kegan Paul Inc.
- Little, B. R. (1999). Personal projects and social ecology. Em J. Brandtstader, & R. M. Lerner (Edits.), *Action and self-development: Theory and research through the lifespan* (pp. 197-221). SAGE Publications.
- Little, B. R., Salmela-Aro, K., & Phillips, S. D. (Edits.). (2007). *Personal project pursuit: goals, action, and human flourishing*. U.S.A.: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.
- Pervin, L. A., Cervone, D., & John, O. P. (2005). *Personality: Theory and Research* (Ninth Edition ed.). U.S.A.: John Wiley & Sons, Inc.
- Roazzi, A., & Santana, S. M. (1995). O adolescente e seus projetos de vida. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXIX, pp. 61-79.
- Sprinthall, Norman A. & Collins, W. Andrews (1994) *Psicologia do adolescente: uma abordagem desenvolvimentista*. Fundação Calouste Gulbenkian.

Anexos**Anexo 1****Questionário Sociodemográfico****Questionário Sociodemográfico**

Código: _____

Data de aplicação: __/__/____

Dados sobre o sujeito:Género: Feminino Masculino

Data de nascimento: __/__/____

Percurso escolarJá alguma vez ficou retido? Sim Não

Se sim, indique:

-quantas vezes? _____

-em que ano(s)? _____

Agregado familiarTem irmãos? Sim Não

Se sim, indique:

-a sua posição na fratria:

-irmão mais velho -irmão do meio -irmão mais novo

-o tamanho da fratria:

-tem 1 irmão -tem 2 irmãos -tem 3 ou mais irmãos

Anexo 2

Consentimento informado para Encarregados de Educação

Consentimento informado

O presente documento tem o intuito de lhe dar a conhecer a investigação que eu, Tânia Sofia Ferreira Ribeiro, na qualidade de estagiária de Psicologia no Colégio São Teotónio e de aluna do Mestrado Integrado em Psicologia da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, pretendo realizar.

O objeto de estudo desta investigação, que surge no âmbito da elaboração da minha Tese de Mestrado em Psicologia da Educação, Aconselhamento e Desenvolvimento, sob a orientação do Doutor Pedro Urbano, são os projetos pessoais dos alunos do 9º ano de escolaridade.

O procedimento requerido aos alunos do 9º ano é que respondam ao questionário “*Análise dos Projetos Pessoais*” de Margarida Pedroso Lima (versão portuguesa para investigação).

Todos os dados recolhidos são confidenciais e será preservado o anonimato de todos os participantes neste estudo.

Por último, resta-me acrescentar que tenho toda a disponibilidade para responder a qualquer dúvida que V. Ex.^a queira colocar, quer através do *email* 13.taniaribeiro@gmail.com, quer presencialmente, no gabinete do Serviço de Psicologia e Orientação do Colégio São Teotónio, num horário a combinar previamente.

Obrigada pela sua colaboração!

.....

Por favor complete o texto seguinte:

“Eu, _____
 _____, Encarregado/a de Educação do aluno
 _____, da
 turma 9º ____, declaro que tomei conhecimento do objetivo e procedimento desta investigação, assim como me foi garantido o anonimato e

confidencialidade em relação ao meu Educando e aos dados recolhidos,
e _____ (autorizo/ não autorizo) a sua participação.”.

Assinatura do E. E.:

_____, ____ de _____ de 2014

Anexo 3

Apresentação realizada às turmas do 9º ano

Projetos Pessoais

A identidade na adolescência, a satisfação com a vida e a preparação do futuro.

O que são os projetos pessoais?

- Os projetos pessoais são conjuntos de variadas atividades às quais o ser humano dá importância.
- Podem partir da iniciativa do próprio sujeito, ou podem ser tarefas atribuídas por outra pessoa;
- Podem ser atividades individuais ou partilhadas;
- Podem ser tarefas do quotidiano, até grandiosas perseguições de uma vida;
- Podem ser realizações normativas ou idiossincráticas.

(Albuquerque & Lima, 2007)

O que são os projetos pessoais?

(Continuação)

- Alguns exemplos:
 - -"Pintar as unhas todos os dias.";
 - -"Ajudar a minha colega Sara a passar de ano.";
 - -"Não poluir o ambiente.";
 - -"Tirar a carta de condução.";
 - -"Ficar em forma.";
 - -"Fazer sempre os trabalhos de casa.";
 - -"Acabar com todas as díviduras!".

O que são os projetos pessoais?

(Continuação)

- Os projetos pessoais são objeto de estudo da Psicologia da Personalidade por terem um carácter cognitivo e motivacional.
- Cognitivo... porque reúnem os pensamentos, crenças e valores dos indivíduos, o que lhes permite dar sentido às suas vidas.
- Motivacional... porque dão a energia necessária para agir e perseguir objetivos de forma intencional.

★

(Albuquerque & Lima, 2007)

O que são os projetos pessoais?

(Continuação)

- Os projetos pessoais e as ações são, geralmente, parte de um sistema de compromissos e interesses.



(Lifton, 1987)

Os projetos pessoais na adolescência

- Os projetos pessoais dos adolescentes são amplamente centrados...
 - ... nas relações interpessoais;
 - ... no rendimento escolar;
 - ... nas atividades de tempos-livres e de divertimento;
 - ... em aspetos financeiros;
 - ... na saúde e na imagem do corpo;
 - ... na orientação vocacional.

(Lifton, 1987)

Os projetos pessoais na adolescência

(Continuação)

- Nos anos tardios da adolescência também são identificados projetos pessoais relacionados com...
 - ... a procura pela intimidade afetiva e/ou sexual com um/a parceiro/a.
Exemplo: "Conhecer alguém que goste de mim."
- "Encontrar a rapariga perfeita!";
- "Fazer com que a Amélia repare em mim."
 - ... a utilização de álcool, tabaco e substâncias ilícitas.
Exemplo: "Parar de fumar."
- "Fumar um cigarro de vez em quando e às escondidas dos meus pais."

Estas são preocupações reais dos adolescentes!

(Lifton, 1987)

Os projetos pessoais na adolescência

(Continuação)

- É importante que os adolescentes se revejam nos seus projetos pessoais.
- A satisfação com a vida está positivamente relacionada com a presença de projetos pessoais em que o sujeito se reveja (Ex: "Isto é mesmo a minha vida!").
- Por outro lado, os adolescentes que se identifiquem com muito poucos dos seus projetos pessoais poderão estar em risco superior de desenvolvimento de alienação ou depressão.

(Lifton, 1987)

Os projetos pessoais na adolescência

(Continuação)

- É importante que os adolescentes se revejam nos seus projetos pessoais.
- A satisfação com a vida está positivamente relacionada com a presença de projetos pessoais em que o sujeito se reveja (Ex: "Isto é mesmo a minha vida!").
- Por outro lado, os adolescentes que se identifiquem com muito poucos dos seus projetos pessoais poderão estar em risco superior de desenvolvimento de alienação ou depressão.

(Lifton, 1987)

Conclusão...

- Uma lista com um número equilibrado de projetos pessoais, que incluam os nossos interesses e compromissos de forma harmoniosa, e que permitam o nosso crescimento através da procura e do esforço pela conquista dos mesmos, é um bom preditor do bem-estar e da satisfação com a vida em geral.

(Little, 1987)

Obrigada!

- Obrigada pela vossa atenção e obrigada pela vossa participação no meu projeto pessoal.

○ Tânia Ribeiro

Referências bibliográficas

- Albuquerque, J., & Lima, M. (2007). "Personalidade e bem-estar subjectivo: Uma abordagem com os projectos pessoais". *Psicologia.pt - O Portal dos Psicólogos*. Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0373.pdf>.
- Little, B. (1987). "Personal projects and fuzzy selves: Aspects of self-identity in adolescence". In T. Honess & K. Yardley (Eds), *Sell and Identity - Perspectives across the lifespan* (pp. 230-245). London: Routledge & Kegan Paul.