



UC/FPCE_2016

Universidade de Coimbra
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

Indecisão vocacional e generalizada: qual o papel da vinculação?

Cátia Sofia Gomes Santos (e-mail: catita_299@hotmail.com)

Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação,
Desenvolvimento e Aconselhamento sob a orientação do Professor
Doutor Joaquim Armando Gomes Alves Ferreira

Indecisão vocacional e generalizada: qual o papel da vinculação?

Resumo

Ao longo da vida os indivíduos deparam-se com diversas situações que se traduzem em escolhas determinantes e muitas vezes complexas.

Após o nascimento, a criança estabelece uma relação significativa com a figura cuidadora, sendo que a qualidade desta relação será fundamental ao longo de todo o seu desenvolvimento, influenciando o comportamento do indivíduo.

A indecisão vocacional, conhecida como a incapacidade que o indivíduo tem em tomar decisões relativamente à sua vida profissional, e a indecisão generalizada, que se estende a todos os domínios da vida deste, são dois fatores influenciados pelo tipo de relação de vinculação estabelecida na infância.

A indecisão vocacional é perspectivada, muitas vezes, como o resultado de interferências negativas entre fatores familiares e de desenvolvimento pessoal, assim, o objetivo central do presente estudo é averiguar as implicações da relação de vinculação na indecisão vocacional e/ou generalizada dos indivíduos. Foram também avaliadas as variáveis de ansiedade traço, autoestima global e dificuldades no processo de tomada de decisão.

Participaram nesta investigação 391 participantes dos quais 42.3% são do sexo feminino e 57.7% do sexo masculino, frequentado 51.0% o ensino regular (escola secundária) e 49.0% o ensino profissional, repartindo-se pelo 10º ano (31.7%), 11º ano (38.0%) e 12º ano (30.3%) de escolaridade. Observaram-se diferenças estatisticamente significativas nos valores médios da *Informação inconsistente* ($t=-2.432$; $p<0.05$) e *Indecisividade* ($t=2.240$; $p<0.05$), em função do sexo, sendo no primeiro caso o sexo masculino a apresentar valores médios mais elevados e no segundo caso o sexo feminino. A regressão linear desenvolvida revelou uma contribuição significativa das variáveis do modelo, contribuindo deste modo para a predição dos ganhos em *Certeza Vocacional*. As variáveis com valor explicativo estatisticamente significativo, encontradas foram a *Falta de*

Prontidão ($\beta=-0.248$; $p=.000$) e *Falta de Informação* ($\beta=-.610$ $p=.000$). Observou-se que no ensino profissional os sujeitos iniciam o 10.º ano com um nível maior de *Certeza Vocacional* que vai descendo no 11.º e 12.º ano de escolaridade. No ensino regular iniciam com um nível de *Certeza Vocacional* ligeiramente menor aos do ensino profissional que decresce quando os alunos ingressam no 11.º mas aumenta para um valor superior ao dos alunos do ensino profissional quando frequentam o 12º ano.

Palavras-chave: Indecisão vocacional; Indecisão generalizada; Vinculação; Teoria da Vinculação e Ensino Profissional.

Abstract

During life, people go through several situations that show specific and important choices which are difficult. Once the child is born, starts a strong relationship with the person that is responsible for the child. The quality of this relationship will be extremely important during the development of the child since it influences his/hers behaviour. The career indecision, known as the incapacity that the individual has while making decisions about his/hers professional life and the general indecision, that extends all of the fields of his/hers life, are two factors which are influenced by the attachment relationship established during the childhood. The principal goal of the present search is ascertain the relationship of the attachment in the vocational relationship in the career indecision and/or generalised of the individuals. The variables of anxiety/ global self-confidence and difficulties in the process of making a decision were also studied.

The sample is formed by 391 students that are in the secondary school, or in the regular education or in the professional one. 391 participants took part in this research of which 42.3% are female and 57.7% are male, attending 51,0% the regular school (high school) and 49,0% the professional school, allocated by 10th grade (31.7%), 11th grade (38.0%) and 12th grade (30.3%).

Statistically significant differences were observed in mean values of inconsistent Information ($t=-2,432$; $p< 0.05$) and Indecision Level ($t= 2,240$; $p< 0.05$), on the basis of sex, being the male to submit higher average values in the first case (inconsistent information) and in the second case (Indecision Level) the female.

Developed linear regression showed a significant contribution of model variables, contributing in this way to the prediction of earnings in Vocational Certainty. The variables with statistically significant explanatory value found were a lack of Readiness ($\beta=-0248$; $p=. 000$) and lack of information ($\beta=-610$; $p=. 000$). It was observed that in professional school the subject starts the 10th grade with a higher level of Vocational Certainty that is dropped in 11th and 12th year of schooling. In regular education the subject starts the 10th grade with a Vocational Certainty slightly lower than the subject of the professional school, that decreases when the students enter

the 11th grade, but increases to a value higher than that of professional school students when attending the 12th grade.

Key-words: Career indecision; Indecision widespread ;Attachment; Attachment theory; Vocational education.

Agradecimentos

Ao Professor Doutor Joaquim Armando Gomes Alves Ferreira pela compreensão, disponibilidade, ajuda e motivação para a execução e conclusão desta dissertação e pela transmissão de conhecimentos.

Aos meus pais que sempre me apoiaram ao longo destes cinco anos e que fizeram de tudo para que fosse possível a realização deste sonho.

Ao meu irmão por toda a força e tranquilidade que me transmite.

Aos meus amigos por estarem sempre por perto quando mais precisei.

À Dr.^a Sofia Francisco por me acompanhar ao longo deste ano.

À minha colega de “luta” Joana.

À Soraia por ter sido incansável.

Índice de Tabelas

Quadro 1: Diferenças nas médias em função do sexo – teste t de Student.	19
Quadro 2: Diferenças nas médias em função da escola – teste t de Student.	20
Quadro 3: Diferenças nas médias em função do ano de escolaridade – ANOVAS.	21
Quadro 4: Diferenças nos valores médios em função do tipo de ensino e do ano de escolaridade.	22
Quadro 5: Relação entre as variáveis em estudo, sexo, ano de escolaridade e escola.	23
Quadro 6: Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Certeza Vocacional.	25
Quadro 7: Coeficientes de regressão na variável dependente Certeza Vocacional.	26
Quadro 8: Médias marginais estimadas de Certeza Vocacional	27

Índice

Introdução	1
I – Enquadramento conceptual	2
1. O Ensino Profissional em Portugal	2
2. Vinculação	3
2.1 A teoria da vinculação	4
2.2 Estilos de vinculação	5
2.3 Modelos de funcionamento interno	7
3. Indecisão vocacional	8
3.1 Taxinomia das dificuldades de decisão de carreira	10
4. Indecisão generalizada	11
4.1 Personalidade e indecisão generalizada	12
II – Objectivos	12
III - Metodologia	13
1. Amostra	13
2. Instrumentos	14
2.1 Questionário sociodemográfico	14
2.2 ECV- Escala de Certeza Vocacional	14
2.3 Indecisiveness Scale (IS)	15
2.4 Inventário de Experiencias com Relações Próximas (ECR)	15
2.5 STAI (Inventário de Estado-Traço de Ansiedade)	16
2.6 Rosenberg Self-esteem Scale (RSES)	17
2.7 Career Decision-making Difficulties Questionnaire (CDDQ)	17
3. Procedimentos	18
IV - Análise e Discussão de Resultados	19
V- Discussão	27
VI – Conclusões	33
Bibliografia	35
Anexos	

Introdução

O presente trabalho, encontra-se dividido em duas partes distintas, referindo-se a primeira parte ao enquadramento teórico e, numa segunda parte, ao estudo empírico centrado nos conceitos de vinculação, indecisão vocacional e indecisão generalizada.

Inicia-se com uma pequena contextualização da situação do ensino profissional em Portugal com o seguimento do conceito de vinculação focando em Bowlby (1969), que define de uma forma muito resumida a vinculação como sendo diversas situações que envolvem uma regulação de segurança em que existe uma figura vinculada que procura proteção e há uma figura de vinculação, que se espera ser mais forte e que tenha mais capacidades para se confrontar com o mundo, que vai proporcionar segurança, conforto ou ajuda.

Diversos são os estudos que comprovam que uma exploração do ambiente pessoal e vocacional bem-sucedida está correlacionada positivamente com índices favoráveis de vinculação direcionados aos pais bem como aos pares, como é exemplo o estudo que foi levado a cabo por Ketterson e Blustein (1997, in Cheung & Arnold, 2009; Flum, 2001).

Um estudo de Flum (2001) conclui que “(...) a vinculação a outros significativos pode facilitar a exploração e a auto-determinação”. No entanto, apesar da possível interferência de outros no processo de exploração, o indivíduo, pode tomar uma decisão “imediate” ou pode ingressar num processo de indecisão vocacional, que pode ser prejudicial para o seu percurso de vida e para a definição da sua identidade vocacional.

Será abordada a teoria de vinculação propriamente dita, os estilos de vinculação e ainda os modelos de funcionamento interno.

Concluindo o enquadramento teórico define-se indecisão vocacional, desenvolve-se o conceito de Taxinomia das dificuldades de decisão de carreira, e consecutivamente a indecisão generalizada e os tipos de personalidade que se associam a esta.

É necessário referir que, além do ensino regular, este estudo foi realizado também com alunos do ensino profissional, onde a aprendizagem em contexto de trabalho constitui uma importante componente da formação dos alunos que o frequentam. Em relação ao ensino regular, a aprendizagem é realizada em contexto meramente académico, podendo a sua preparação

profissional ficar comprometida (Gamboa, 2011; Gamboa, Paixão, & Jesus, 2013).

Assim, se por um lado existe a ideia de que o mundo do trabalho é indispensável no desenvolvimento de competências técnico-profissionais, torna-se pertinente esclarecer o impacto que este tipo de experiências tem no desenvolvimento vocacional dos alunos (Skorikov, 2007), nas suas escolhas e na sua capacidade de tomada de decisão.

Relativamente ao estudo empírico, são apresentadas as questões e os objetivos da investigação, assim como os instrumentos e os procedimentos relativos à recolha e análise dos dados.

Seguidamente serão expostos os resultados obtidos através dos diversos instrumentos administrados aos alunos e as conclusões retidas desses mesmos resultados.

O presente trabalho é finalizado com uma síntese que inclui as principais conclusões, limitações do estudo e ainda sugestões para futuras investigações.

I – Enquadramento conceptual

1. O ensino profissional em Portugal

O ensino técnico e profissional em Portugal teve início no fim dos anos 80 início dos anos 90, e tem sido alvo de múltiplas atualizações legislativas e curriculares até aos dias de hoje.

Os cursos técnico-profissionais e os cursos profissionais surgiram em 1983, (conforme Despacho Normativo nº 194-A/83, de 21 de Outubro) com o objetivo de proporcionar um ensino secundário de dupla certificação, e de satisfizer as necessidades do mercado de trabalho e dos jovens que procuravam o seu primeiro emprego.

Em 1989 a “Reforma Curricular do Ensino Básico e Secundário” (conforme Decreto-Lei n.º 286/89 de 29 de Agosto), envolvia as diversas vias profissionalizantes (tecnológicos, profissionais e de aprendizagem) num único grupo, que têm a duração de três anos, e que concedem a equivalência ao 12º ano de escolaridade e certificação profissional de nível 3.

Esta tipologia de ensino possibilita, tal como no ensino regular, o prosseguimento de estudos a nível superior ou pós-secundário não superior, assim como o ingresso no mundo do trabalho após o término dos três anos

que o integram o curso.

O Decreto-Lei nº4/98 de, 8 de Janeiro estabeleceu que os cursos profissionais ficavam inicialmente à responsabilidade de entidades privadas, as escolas profissionais, com o objetivo de diversificar a oferta educativa ao nível do secundário. Todavia em 2004 assiste-se a um grande acréscimo no número dos jovens a ingressar nos cursos profissionais, e que se traduz na incapacidade destas mesmas escolas em assegurar as necessidades existentes, pelo que, por essa altura, foram criados diversos diplomas legais que instituíram princípios orientadores da organização e da gestão curricular, regras de organização e funcionamento dos cursos profissionais que viabilizaram o alargamento dos cursos Profissionais à rede de escolas públicas (Costa, 2010).

Assim, o ensino profissional já não seria mais uma oferta distinta das restantes, passando a ser integrado na multiplicidade de ofertas educativas existentes no ensino secundário, executado em parceria com empresas e perfis de formação que implicam a disponibilização de recursos humanos e equipamentos específicos (conforme Decreto-Lei nº35/2007, de 15 de Fevereiro).

Atualmente, os cursos profissionais disponibilizam uma oferta bastante diversificada que abrange já um enorme número dos alunos do ensino secundário (Costa, 2010).

2. Vinculação

É no final da década de 70 do século XX que o conceito de vinculação (na infância e mais recentemente na adolescência) se torna relevante. O interesse por este termo surge na sequência dos trabalhos desenvolvidos por Bowlby (1969, 1973, 1980, 1982) e Ainsworth (1963, 1964, 1977).

Os estudos realizados até ao momento auxiliam-nos na perceção das diversas trajetórias do desenvolvimento (in) adaptativo, na qualidade da vinculação e na compreensão da psicopatologia de ordem emocional (Soares, 2000).

Bowlby (1969) define vinculação como sendo um agrupamento complexo de situações que envolvem uma regulação da segurança. Assim, nesta relação existe uma figura vinculada, que é a figura que procura a proteção de uma figura de vinculação. Esta última figura, espera-se que seja

mais forte e que tenha mais capacidades para se confrontar com o mundo, proporcionando segurança, conforto ou ajuda à figura vinculada.

A base da vinculação é o comportamento de vinculação, que se traduz num conjunto de comportamentos que resultam da proximidade e segurança entre as duas figuras (Scroufe & Waters, 1977, cit. in. Guedeney & Guedeney, 2004).

A figura de vinculação não está apenas presente na infância, alonga-se a toda a vida do sujeito (Bowlby, 1969, 1982).

Esta inicia, geralmente, por ser um dos progenitores, contudo é normativo que mais tarde, sejam os amigos e, posteriormente, para o parceiro amoroso, mas esta transição não é simples e, em alguns casos, a figura de vinculação mantém-se, em alguns sujeitos os pais nunca foram esta figura, assumido outras pessoas significativas este papel (Pinto, 2009).

2.1 A teoria da vinculação

Os estudos referentes à teoria da vinculação surgem no final da 2ª Guerra Mundial, neste período tornou-se importante avaliar as consequências da perda e separação da criança pequena e os resultados que estas poderiam ter no seu desenvolvimento (Guedeney & Guedeney, 2004).

Os autores pioneiros nos estudos referidos são Bowlby (1985/2004) e Ainsworth (1989), que defendem que o vínculo desenvolve laços afetivos, numa primeira fase entre a criança e o seu progenitor, e mais tarde entre adultos.

As formas de comportamento e os laços que os bebés desenvolvem não se cingem ao período da sua infância, eles ficam presentes e ativos ao longo de todo o seu ciclo vital.

A teoria desenvolvida por Bowlby, defende que as experiências que a criança vivencia no meio familiar são determinantes para o desenvolvimento da personalidade e para a qualidade do desenvolvimento individual. Estas relações e laços que a criança vive e cria irão posteriormente afetar o modo como o indivíduo analisará as suas relações interpessoais ao longo de toda a sua vida.

Esta teoria promove comportamentos de procura de proximidade e contacto com o sujeito que cuida do bebé, surgindo durante o segundo semestre do primeiro ano de vida. Se estes comportamentos inatos são, no

início, dirigidos aleatoriamente para qualquer figura, progressivamente o bebê vai distinguindo a(s) figura(s) que executa a função de vinculação.

A vinculação pretende a manutenção do comportamento de afeto, que se transmite através do choro, do riso e do contato visual, e é dirigida a uma ou mais figuras que promovem cuidados essenciais ao bebê, ou seja, a segurança física e psicológica (Bowlby, 1969/2002, 1973/2004).

Este comportamento do recém-nascido surgiu especificamente como uma função biológica protetora, permitindo a sua sobrevivência, uma vez que o protege do perigo através da manutenção da proximidade com cuidados de saúde primários.

O sistema de vinculação para além do objetivo descrito anteriormente, tem a função de exploração da criança ao meio que a rodeia. Quando esta se sentir ameaçada vai procurar o cuidador que representará uma base segura, do qual a criança pode partir, e para o qual poderá regressar (Bowlby, 1969/2002, 1973/2004).

As relações de vinculação diferem das outras relações pela procura de proximidade, pela noção de base de segurança, pela necessidade de retorno à fonte de segurança quando o indivíduo se sente ameaçado, as reações de prazer na relação e angústia perante a separação, quer seja uma separação involuntária ou forçada (Ainsworth, 1989).

Soares (2000) afirma que quanto mais se evolui na investigação sobre a qualidade da vinculação especialmente ao nível do desenvolvimento pessoal, mais se desencadeia o interesse no que diz respeito ao tributo que essa “qualidade” pode trazer à compreensão de aspetos da psicopatologia e, consequentemente, do processo terapêutico.

2.2 Estilos de vinculação

Ainsworth e os seus colaboradores propõem três tipos de vínculo, fundamentados em estudos que realizaram relativamente à relação que as crianças mantêm com os seus cuidadores. Trata-se do conceito de vinculação segura, de vinculação evitante e da vinculação resistente ou ambivalente (Newton, 2008).

A vinculação segura é característica do indivíduo que confia que o seu cuidador está sempre disponível quando este se confronta com situações adversas ou assustadoras. Este padrão de vinculação é promovido nos

primeiros anos de vida da criança por um cuidador que presta atenção aos sinais que a criança transmite e que seja disponível a nível afetivo quando esta indica que necessita de proteção ou reconforto. A segurança que o cuidador transmite à criança irá trazer-lhe competências para enfrentar e explorar múltiplas situações que pode vir a encarar futuramente.

Por outro lado, a vinculação evitante representa sentimentos de insegurança relativos aos cuidados recebidos. Isto surge pelo fato de que quando a criança pede atenção tem constantes atitudes de rejeição o que leva a que tenha logo à partida expectativas de rejeição vinda por parte do seu cuidador. Face a esta reação por parte do cuidador a criança desenvolve um sentimento de indiferença relativo à localização deste, e prevalecem os comportamentos exploratórios em detrimento dos de vinculação.

Por último, os autores referem-se a vinculação resistente ou ambivalente quando o sujeito tem incertezas na disponibilidade do seu cuidador quando precisa dele. Contrariamente ao tipo de vinculação anteriormente referido, neste tipo prevalecem os comportamentos de vinculação face aos de exploração, revelam uma permanente vigilância à possibilidade do seu cuidador se afastar. Neste tipo de vinculação, os indivíduos tendem a refletir ansiedade de separação e a tendência para a dependência, o que limita a exploração de situações e ainda a tomada de decisão. Neste caso o cuidador é definido como alguém que recorre ao abandono como forma de controlar a criança (Bowlby 1988; Newton 2008).

Mary Main e Judith Solomon (1990) englobam as crianças, posteriormente, num quarto nível, o desorganizado/desorientado. Estas crianças manifestam inesperadamente comportamentos contraditórios, não direcionados, posturas bizarras, emitem sinais de medo perante a figura de vinculação, entre outros.

Este estilo é o que está mais relacionado com os comportamentos problemáticos e psicopatologias (Solomon & George, 1999). Alguns estudos empíricos provam que este estilo pode incluir a maioria das crianças inseridas em populações de risco, crianças que sofram de abusos, maus tratos e negligência.

Cassidy (1999) distingue três conceitos regularmente interligados à vinculação, o «Comportamento de Vinculação», que define o comportamento que promove a proximidade do bebé à figura de vinculação,

o «Sistema Comportamental de Vinculação» que consiste na organização intra individual dos comportamentos de vinculação, e por fim «Laços de Vinculação» que se refere efetivamente aos laços afetivos que são desenvolvidos, desde o nascimento da criança, com o seu cuidador.

2.3 Modelos de funcionamento interno

A teoria da vinculação tem como aspeto essencial o desenvolvimento do indivíduo, enquanto este é ainda criança, assim como, de modelos de funcionamento interno (internal working models) da figura de vinculação e de si na relação com esta figura (Bowlby, 1988).

Os modelos de funcionamento interno, segundo Main, Kaplan & Cassidy (1985), oferecem regras que irão regular o comportamento de vinculação ao longo da vida do indivíduo. Estas regras orientam e organizam a atenção, memória e afeto em termos da vinculação, conseqüentemente, vão condicionar ou promover o acesso a informação relevante acerca do *self*, dos outros ou o *self* na relação com os outros.

Estes modelos baseiam na infância e adolescência transformam-se em características fundamentais da personalidade, que se mantém presentes através do desenvolvimento, e continuam a modelar a perceção social e o comportamento em relações próximas. Ao longo do desenvolvimento o indivíduo envolve-se com outras relações de vinculação, e estas regras tem tendência a tornar-se inconscientes.

Collins & Read (1994) defendem que os modelos de funcionamento interno abrangiam quatro componentes interrelacionados: memórias de experiências de vinculação; crenças, atitudes e expectativas acerca do *self* e de outros; objetivos e necessidades de vinculação; planos e estratégias associados com o obter objetivos e necessidades de vinculação.

O *self* das crianças é maioritariamente determinado pela interação com os outros que são significativos para si, que são, quando as crianças são pequenas, as figuras de vinculação (Verschueren, Marcoen e Schoefs, 1996).

Ainsworth, Blehar, Waters & Wall (1978), contribuíram para a história da teoria da vinculação ao principiarem uma nova metodologia experimental de investigação.

A Situação Estranha, designação que se dá à observação de diferentes comportamentos de vinculação mãe-criança num ambiente controlado,

permitiu a identificação de diferentes tipos de vínculos, através da observação da reunião e posteriormente da separação da criança e da mãe.

O estilo encontrado mais frequentemente era o seguro, em que a criança apresentava sinais de angústia quando ficava com um estranho e procurava o seu cuidador, após o seu regresso retornava à exploração do meio.

Tendo em conta esta informação esperasse que se a criança desenvolver modelos de funcionamento seguro nas relações de vinculação, desenvolva um modelo de funcionamento do *self* positivo, valorizado e especial.

Se contrariamente, desenvolver modelos de funcionamento inseguro, é muito provável que apresente um modelo de funcionamento do *self* negativo, desvalorizado e sem amor (Bretherton, 1990).

A segurança e a qualidade das representações desenvolvidas nestas relações estão relacionadas com a qualidade da representação global do *self* (Cassidy, 1990).

Esta afirmação foi comprovada através dos estudos de Verschueren et al. (1996) e de Verschueren e Marcoen (1999), estudos estes que confirmaram a hipótese de que existe uma associação entre a segurança da representação da vinculação com a mãe e a qualidade afetiva ou positividade do *self*.

As crianças que revelam uma representação de vinculação segura à mãe transmitiam uma representação mais positiva de si em comparação às crianças com uma representação de vinculação insegura.

3. Indecisão vocacional

As decisões de carreira têm grande influência no bem-estar psicofísico, na satisfação e no trajeto de vida dos indivíduos, assim não é de estranhar que a indecisão vocacional ou a escolha vocacional seja um tema profundamente estudado na Psicologia Vocacional (Fitzgerald & Rounds, 1988; Fouad, 2007).

No início do século XX, a psicologia vocacional emergiu com os fatores económicos, sociais, ideológicos e científicos (Crites 1981), o que está estreitamente interligado às escolhas que os indivíduos enfrentam face à oferta de alternativas educacionais e profissionais que têm à sua disposição

(Santos 2007).

Podemos, então, concluir que o processo de decisão vocacional é um tema presente na psicologia vocacional desde que esta surgiu (Santos 2007).

Na obra *Choosing a Vocation*, publicada em 1909, Frank Parsons resume o processo de escolha vocacional, distinguindo três grandes fatores:

“(1) uma compreensão clara de si próprio, das suas capacidades, aptidões, interesses, ambições, recursos, limitações e as suas causas; (2) um conhecimento dos requisitos e condições de sucesso, vantagens e desvantagens, compensação, oportunidades e expectativas em diferentes tipos de trabalho; (3) um raciocínio verdadeiro [*true reasoning*] sobre as relações entre estes dois grupos de factores” (Parsons, citado por Philips & Pazienza, 1988, p.2 *cit. in* Santos 2007)

Este conceito foi definido por diversos autores, Crites (1969) caracteriza a indecisão vocacional como a incapacidade que o sujeito enfrenta na seleção e no comprometimento para com um curso específico, que mais tarde lhe irá dar acesso a uma determinada profissão.

Dysinger (1950) reparte o conceito de indecisão em duas vertentes distintas.

Uma das vertentes é quando o indivíduo apresenta sinais de evitamento do medo da decisão que tem de tomar, isto acontece pelo facto de ser uma decisão permanente e por isso vão resguardar-se na indecisão.

Outra vertente que este autor defende é quando o sujeito adia ou se encontra a refletir sobre várias opções e alternativas. Este tipo de indecisão acaba por ser saudável porque leva o adolescente a investigar afincadamente o mundo vocacional.

Investigações sobre a temática da indecisão vocacional, apontam que os sujeitos com menor dificuldade no processo de tomada de decisão vocacional são pessoas que detêm um sentido mais objetivo de identidade pessoal e identidade vocacional próprias da sua fase de desenvolvimento. Por outro lado existem fatores que contribuem negativamente para a indecisão relativamente a um processo de tomada de decisão, tal como a instabilidade do mundo do trabalho e por um ambiente mutável, assim como pelo fato de existir uma exploração vocacional por parte do sujeito, que lhe permite deparar-se com um leque enorme de possibilidades de formação escolar e profissional, podendo, também, este elemento gerar indecisão no

processo de escolha de um rumo de ação (Taveira, 2000).

A formação da identidade pessoal e todas as variáveis individuais têm uma enorme importância, assim como as experiências pessoais do sujeito, acontecimentos e ambiente familiar, num processo de tomada de decisão vocacional. Da mesma forma, a indecisão vocacional encontra-se intimamente ligada a fatores sociais, económicos e culturais que condicionam o desenvolvimento e as escolhas vocacionais (Gottfredson, 1981; Heesacker, Neimeyer & Lindekens, 2001; Hodkinson & Sparkes, 1997 cit in. Santos, 2005).

Os estudos realizados até ao momento procuraram indicar quais são os fatores relacionados com a indecisão vocacional (Silva, 2004), tais como características demográficas e diversos fatores psicossociais do funcionamento humano (e.g., autoestima, ansiedade, autoeficácia, interesses, valores, etc.).

No entanto, após todas as pesquisas realizadas sobre a temática exposta, entende-se que é difícil encontrar uma variável ou característica que esteja constantemente interligada à indecisão vocacional.

3.1 Taxinomia das dificuldades de decisão de carreira

A taxinomia das dificuldades de decisão de carreira foi criada por Gati, Krausz, e Osipow (1996), partindo do modelo de um “decisor de carreira ideal”, isto é, quando um indivíduo está consciente com o fato de ter que tomar uma decisão com base no processo adequada e compatível com os seus objetivos (Gati *et al.*, 1996).

Este autor defende que um desvio deste modelo pode vir a intervir no processo de decisão de carreira e pode surgir de duas formas distintas. Através de uma inibição ao indivíduo de tomar uma decisão ou, por outro lado, conduzindo-o a uma decisão de qualidade inferior.

Gati *et al.* (1996) propõem uma hierarquia das dificuldades de carreira.

No primeiro nível inserem-se as dificuldades que, eventualmente poderão ocorrer *antes do início do processo* de decisão e as que surgem *durante o processo*.

O nível seguinte engloba três categorias principais: *Lack of Readiness*, isto é a falta de prontidão, *Lack of Information* ou falta de informação, e por

fim *Inconsistent Information* ou informação inconsistente.

O terceiro e último nível envolve dez categorias específicas de dificuldades, anteriormente citadas.

Na categoria de Falta de Prontidão, estão inseridas três categorias distintas: *Lack of Motivation* ou Falta de Motivação, *Indecisiveness* ou indecisividade e, por fim, *Dysfunctional Beliefs* ou Crenças Disfuncionais.

Estas categorias referem-se às dificuldades produzidas pela falta de motivação no processo de decisão, indecisão generalizada na tomada de decisão e a crenças disfuncionais relativas à decisão de carreira, respetivamente.

A categoria Falta de Informação subdivide-se em quatro subcategorias, *Lack of Information about the Career Decision Making Process* ou Falta de Informação sobre o Processo de Tomada de Decisão de Carreira, *Lack of Information about the Self* ou Falta de Informação sobre o Self, *Lack of Information about Occupations* ou Falta de Informação sobre Profissões, e ainda *Lack of Information about Ways of Obtaining Information* ou Falta de Informação sobre Meios de Obter Informação.

A última categoria, Informação Inconsistente, divide-se em três categorias: *Unreliable Information* ou Informação Duvidosa, *Internal Conflicts* ou Conflitos Internos que são os conflitos internos do sujeito, e também *External Conflicts* ou Conflitos Externos que se referem a sujeitos significativos na vida do sujeito.

Além destas categorias, podem identificar-se 44 dificuldades específicas, representativas das categorias e subcategorias desta taxonomia, que se podem encontrar descritas no apêndice do texto de Gati *et al.*(1996).

4. Indecisão generalizada

A indecisão generalizada é um subtipo da indecisão da vocacional e neste caso a dificuldade em tomar decisões estende-se a múltiplas áreas de vida (Santos 2007).

Tyler (1969) define este conceito como sendo uma indecisão que abarca várias áreas do individuo e não apenas a escolha vocacional. O individuo aparenta ter reunido todas as condições para a tomada de decisão, contudo demonstra incertezas e dificuldades, que se relacionam com questões de natureza pessoal.

A maioria dos autores considera a indecisão vocacional simples, uma vez que se trata de um processo normativo de desenvolvimento vocacional que surge no momento em que o sujeito inicia a exploração do *self* e do mundo da formação e das profissões (Santos 2007).

A indecisão generalizada trata-se de um processo mais complexo o que torna a consulta mais prolongada. Neste tipo de indecisão, o psicólogo deve centrar-se nas variáveis e processos que condicionam a capacidade de decisão do sujeito (Santos 2007).

4.1 Personalidade e indecisão generalizada

Segundo Tyler (1969), a indecisão generalizada está relacionada com determinadas características de personalidade mais afincadamente do que na indecisão vocacional simples.

As investigações realizadas sobre esta temática revelam que as características da personalidade associadas à indecisão generalizada incluem níveis de ansiedade mais elevados, uma identidade pouco definida, autoconfiança e autoestima baixas, e por fim independência e autonomia reduzida relativamente ao sistema familiar, contudo estes estudos referidos não descartam a possibilidade de se interrogar a generalização das conclusões aos indivíduos indecisos crónicos (Fuqua & Hartman, 1983; Hartman, 1990; Hartman & Fuqua, 1983; Heppner & Hendriks, 1995; Johnson, 1990; Solomone, 1982; Crites, 1981, cit. *in* Santos 2007).

II - Objectivos

O objetivo principal da presente investigação, fundamentada pelo enquadramento teórico apresentado, prende-se com o estudo das variáveis Preocupação e Evitamento inseridas na escala de Relações Próximas (Vinculação), a categoria Falta de Prontidão, Falta de Informação, Informação Inconsistente do questionário de Dificuldades de Tomada de Decisão, a Indecisividade e a Certeza Vocacional.

De uma forma mais específica, pretende-se averiguar se o tipo de vinculação do sujeito está relacionado com nos níveis de indecisão vocacional ou generalizada. Além disso, têm-se como objetivos analisar as diferenças das variáveis anteriormente expostas relativamente ao sexo, tipo

de ensino (regular ou profissional) e ano de escolaridade (10.º, 11.º e 12.º ano).

Deste modo, de acordo com os objetivos estipulados, foram elaboradas as seguintes hipóteses:

H1. A vinculação (Preocupação e Evitamento) encontra-se negativamente relacionada com as dificuldades de tomada de decisão;

H2. A vinculação (Preocupação e Evitamento) encontra-se negativamente relacionada com a indecisão generalizada;

H3. Existem diferenças significativas nas dimensões da vinculação, da indecisividade, certeza vocacional e dificuldades de tomada de decisão de carreira em função do sexo;

H4. Existem diferenças significativas nas dimensões da vinculação, da indecisividade, certeza vocacional e dificuldades de tomada de decisão de carreira em função do ano de escolaridade (10.º, 11.º e 12.º ano) e do tipo de ensino (profissional ou regular);

H5. As variáveis psicológicas (vinculação, da indecisividade, certeza vocacional e dificuldades de tomada de decisão de carreira) são melhores preditores da certeza vocacional do que as variáveis sociodemográficas.

III – Metodologia e Procedimentos

1. Amostra

A amostra deste estudo agrega um total de 363 estudantes, 153 do género feminino (42.1%) e 209 do género masculino (57.6%). Estes estudantes frequentam atualmente o ensino secundário pela via do ensino regular e do ensino profissional. Foram administrados questionários a 178 alunos do ensino profissional (49%) e 185 a alunos do ensino regular (51%), com uma média de 17.03 anos (DP=1.34).

Analisando o percurso escolar dos estudantes verificamos que 39.7% (n=144) dos alunos já reprovaram, e desta percentagem 86 (23.7%), a maioria, reprovaram um ano letivo. A escolaridade dos pais é maioritariamente o ensino secundário apresentando um total de 22.9% (n=83), assim como as das mães que representa 23.4% (n=85). As profissões de ambos os progenitores são muito diversificadas, contudo existe uma maior percentagem para o emprego de pedreiro nos pais que representa 6.3% (n=23), e nas mães o emprego mais comum é o de doméstica com um total

de 12.4% (n=45), sendo ainda importante referir que 3.6% (n=13) dos pais e 7.4% (n=27) das mães se encontram no desemprego.

No que respeita à nacionalidade temos uma grande maioria com nacionalidade portuguesa, mais precisamente 97% (n=352).

Ainda que grande parte dos estudantes, 350 (96.4%), desta amostra reside em casa com a família, 1 alunos (0.3%) encontram-se institucionalizados e outros 12 (3.3%) moram na residência cedida pela escola.

Seguindo para a satisfação dos indicadores com a escola, curso, vida afetiva, situação económica e amigos que se apresenta cotada com uma escala de 1 (nada satisfeito) a 5 (totalmente satisfeito) verificamos que na satisfação com a escola a média é de 3.55 (DP=.771), na satisfação com o curso a média é de 3.66 (DP=.851), na satisfação com a vida afetiva a média é de 3.69 (DP=.906), na satisfação com a situação económica a média é de 3.34 (DP=.815) e finalizando, a média da satisfação com amigos é de 4.15 (DP=.800).

2. Instrumentos utilizados

Neste estudo foi utilizado um questionário sociodemográfico e sete escalas distintas. Anteriormente à administração destes questionários, enviou-se o consentimento informado aos Encarregados de Educação.

2.1 Questionário sociodemográfico

O questionário sociodemográfico inclui, o nome, o curso, a escola e o número de reprovações, escolaridade e profissão dos pais, questiona-se onde e com quem o aluno reside, e por fim tem uma pequena escala relativas ao grau de satisfação relativamente à escola, ao curso, à vida afetiva, à situação económica e aos amigos.

2.2 ECV- Escala de Certeza Vocacional

Seguidamente administra-se a ECV ou Escala de Certeza Vocacional (Santos 1997), em que o individuo se depara com quatro perguntas e deve responder numa escala de Likert de um a seis, em que o número um se refere a “Discordo Inteiramente” e o número seis “Concordo Inteiramente”.

A administração deste instrumento permite obter o nível de certeza

vocacional de cada sujeito. A totalidade da pontuação da escala resulta da soma da pontuação de todas as respostas, variando entre quatro e vinte e quatro pontos (Santos, 2007), sendo que os resultados elevados sugerem um maior nível de certeza vocacional.

A consistência interna (alpha de Cronbach) desta escala é .85 (Santos, 1997), neste estudo o valor obtido foi .902.

2.3 Indecisiveness Scale (IS)

Outro instrumento utilizado foi a Indecisiveness Scale (IS) é a escala mais usada para a investigação da indecisão generalizada (IS; Frost & Shows, 1993). Este instrumento é composto por 15 itens e tem com o finalidade avaliar as emoções, os comportamentos e as cognições do sujeito.

Os itens têm uma escala de Likert de 1 a 5 (em que 1 se refere a discordo fortemente e 5 a concordo fortemente). Os itens com cotações mais elevadas revelam um nível de indecisão mais saliente.

Neste estudo foi utilizada a escala traduzida em português (Santos 1997).

Em termos psicométricos tem valores notáveis, a sua consistência interna (*alpha* de Cronbach) ronda os .80 e os .90 (Santos, 2007) e a sua estabilidade temporal avaliada pelo coeficiente de correlação situa-se no valor de .90, quando as avaliações são efetuadas em diferentes períodos de tempo próximos. O valor do alpha de Cronbach neste estudo foi .783.

2.4 Inventário de Experiencias com Relações Próximas (ERP)

O Inventário de Experiencias com Relações Próximas (ERP) é um instrumento desenvolvidon por Brennan, Clark e Shaver (1997) de autopreenchimento e que permite avaliar as categorias de estilos de avaliação em que cada individuo está inserido, e foi adaptado à população Portuguesa por Moreira et al (2006).

O ERP é constituído por 36 itens, ste instrumento permite identificar duas dimensões gerais: Ansiedade e Evitamento (Brennan, Clark & Shaver, 1996).

No presente estudo foi utilizada a versão reduzida, com o objetivo de reduzir o tempo de participação, uma vez que foi aplicada juntamente com outros questionários.

Esta escala possui 12 itens, 6 dos quais medem a Preocupação e os restantes 6 medem a Evitamento. Os itens estão intercalados, de forma sistemática, sendo que os números ímpares correspondem à dimensão Evitação e os números pares são correspondentes à dimensão Preocupação. Os itens são avaliados numa escala de Likert de 1 (“Discordo Fortemente”) a 7 (“Concordo Fortemente”). A cotação deste questionário implica que sejam invertidos os itens que estão formulados no sentido contrário ao dos restantes.

Neste estudo a dimensão de evitamento foi eliminado o item sete por apresentar uma correlação item total corrigida de $-.082$, e o valor da consistência interna analisado através do alfa de Cronbach revelou um valor de $.58$ para os cinco itens da escala.

Na dimensão de preocupação o valor da consistência interna analisado através do alfa de Cronbach revelou um valor de $.70$ para os cinco itens da escala.

2.5 STAI forma Y-2 (Inventário de Estado-Traço de Ansiedade)

O Inventário de Ansiedade Estado e Traço (Forma Y), é um instrumento de auto-avaliação desenvolvido por Spielberger (1983), e permite-nos avaliar os níveis de ansiedade estado – Forma Y-1 – e ansiedade traço – Forma Y-2.

É um instrumento composto por duas escalas: uma com 20 itens que avalia a Ansiedade Traço e outra com 20 itens que avalia a Ansiedade Estado.

No presente estudo foi utilizada a escala STAY Forma Y-2 traduzida para a língua portuguesa que avalia a ansiedade traço de Silva (2003).

Enquanto o estado de ansiedade reflete uma reação temporária diretamente relacionada a uma situação de adversidade que sucede em determinado momento, o traço de ansiedade refere-se a um aspeto mais estável relacionado à tendência do indivíduo em avaliar as situações com maior ou menor ansiedade ao longo de sua vida (Cattell & Scheier, 1961), assim, os resultados elevados dos sujeitos devem-se à atribuição de características ameaçadoras às situações expostas.

Segundo Silva (2006) a aplicação completa do inventário implica que a sub-escala estado seja em primeiro lugar, seguindo-se a sub-escala traço,

alcançando-se o total com a soma dos valores obtidos, cujo mínimo é 20 e o máximo 80 pontos, sendo que, quanto maior a pontuação mais elevada é a ansiedade apresentada pelo sujeito.

No que diz respeito às qualidades psicométricas deste inventário, para a população portuguesa, verifica-se valores de fidelidade adequados na amostra total, possuindo um alfa de cronbach de .91 e .93 para homens e mulheres na ansiedade-estado e, .89 para a ansiedade-traço, em ambos os sexos.

O alfa de Cronbach apresenta o valor .913 neste estudo.

2.6 Rosenberg Self-esteem Scale (RSES)

A Rosenberg Self-esteem Scale (Rosenberg, 1965) é um instrumento muito utilizado na avaliação da autoestima global dos indivíduos (Blascovich & Tomaka, 1991).

Esta escala é constituída por 10 itens, e o sujeito deve indicar a resposta que mais o descreve, 5 dos itens são referentes a orientação positiva e 5 a orientação negativa.

A resposta a estes itens é numa escala Likert de 4 pontos, (iniciando em concordo fortemente e terminando com discordo fortemente), e a cotação de metade dos itens é invertida, logo os resultados mais altos correspondem a níveis de autoestima mais elevados.

A nível psicométrico, a investigação têm demonstrado que a RSES usufrui de boas características e excelentes indicadores que atestam a sua validade (Blascovich & Tomaka, 1991; Silber & Tippett, 1965; Wylie, 1989). No estudo de 2003, Santos e Maia verificaram que a escala apresenta resultados muito satisfatórios em termos de consistência interna (alfas de Cronbach variando entre 0.86 e 0.92) e uma boa estabilidade temporal (intervalo de duas semanas, coeficiente de correlação de 0.90).

O alfa de Cronbach obtido nesta amostra foi também muito satisfatório (.889).

2.7 Career Decision-making Difficulties Questionnaire (CDDQ)

O Career Decision-making Difficulties Questionnaire (CDDQ), foi uma escala desenvolvida por Gati et al. (1996), com o objetivo de investigar empiricamente a validade da taxionomia teórica das dificuldades presentes

no processo de tomada de decisão de carreira.

Neste estudo foi utilizado o Questionário de Dificuldades de Tomada de Decisão de Carreira, adaptado à população portuguesa por Silva (2005), que se trata de uma versão reduzida para 34 itens do questionário CDDQ.

Este questionário estende-se a todos os problemas associados a dificuldades de tomada de decisão de carreira, apresentando três categorias principais de dificuldades: a Falta de Prontidão, a Falta de Informação e a Informação Inconsistente que se encontram divididas em dez categorias.

A primeira parte do questionário recolhe informação sociodemográfica, incluindo-se a idade, sexo, e o número total de anos de escolaridade, assim como a sua posição em relação ao processo de tomada de decisão e obteve um alfa de .694.

A segunda parte do questionário inclui um conjunto de 34 afirmações relacionadas com as dificuldades de tomada de decisão em que as respostas aos itens são produzidas numa escala de Likert, com nove pontos, em que 1 significa “Não me descreve” e 9 significa “Descreve-me bem”, e apresenta um valor de alfa de .943.

A questão final do CDDQ34q pede aos indivíduos que assinalem o grau da necessidade de tomar uma decisão relacionada com a carreira/percurso escolar, numa escala com 9 pontos também, em que 1 significa “Baixa” e 9 significa “Alta”, neste estudo apresentou um alfa com o valor de .906.

Esta escala apresenta uma consistência interna satisfatória, em que o valor do coeficiente de alfa de Cronbach é de .92.

3. Procedimentos

Tal como supramencionado este estudo foi executado em alunos de uma escola do ensino profissional e de uma escola do ensino regular, ambas localizadas na região centro, como tal foi pedido à direção da mesma permissão para a colaboração dos alunos neste mesmo estudo.

Anteriormente à administração das escalas foi entregue a todos os alunos da escola em causa o consentimento informado para que o encarregado de educação detivesse conhecimento da finalidade da aplicação das mesmas, no total foram distribuídos 419, contudo apenas 391 alunos retornaram os mesmos com as devidas assinaturas.

Para avaliar as variáveis pretendidas foi elaborado um questionário que incluía um questionário sociodemográfico, Escala de Certeza Vocacional (ECV), Indecisiveness Scale (IS), Inventário de Experiências com Relações Próximas (ECR), STAI (Inventário de Estado-Traço de Ansiedade), Rosenberg Self-esteem Scale (RSES), Career Decision-making Difficulties Questionnaire (CDDQ), ou seja, um total de seis escalas.

Após a recolha de autorizações e dos questionários concluídos, estes foram distribuídos por turma, em horário predefinido pela direção da escola.

IV - Análise e Discussão de Resultados

Para a realização deste trabalho recorreu-se ao *SPSS* (Statistical Package for the Social Sciences), versão 21.0.

No sentido de determinar a existência de possíveis diferenças nos valores médios das variáveis *ERP – Preocupação*, *ERP – Evitamento*, *Falta de prontidão*, *Falta de informação*, *Informação inconsistente*, *Indecisividade* e *Certeza vocacional*, desenvolveram-se testes *t* de Student, cujos resultados se apresentam de seguida.

Quadro 1: Diferenças nas médias em função do sexo – teste *t* de Student.

Variáveis	Feminino		Masculino		Teste <i>t</i> de Student	
	M	DP	M	DP	<i>t</i>	<i>p</i>
ERP- Preocupação	16.32	5.89	16.71	5.96	-.646	.519
ERP-Evitamento	15.57	5.66	15.62	5.05	-.095	.924
Falta de Prontidão	45.94	10.92	47.31	12.61	-1.11	.270
Falta de Informação	52.12	22.20	52.52	21.38	-.179	.858
Informação inconsistente	33.74	15.81	37.85	16.65	-2.432	.025*
Indecisividade	51.18	9.45	48.95	9.68	2.240	.026*
Certeza Vocacional	15.83	5.35	16.16	4.86	-.646	.519

Nota: M = Média; DP = Desvio-padrão; * $p < .05$.

Da observação do quadro anterior pode concluir-se que apenas foram observadas diferenças estatisticamente significativas nos valores

médios das variáveis *Informação inconsistente* ($t=-2.432$; $p<0.05$) e *Indecisividade* ($t=2.240$; $p<0.05$). Observa-se assim que em termos de *Informação Inconsistente*, o sexo masculino que apresenta um valor médio mais elevado (37.85 ± 16.65) do que o feminino (33.74 ± 15.81). Em relação à *Indecisividade*, são os participantes do sexo feminino aqueles para quem o valor médio mais elevado é registado. Foram assim observados os valores médios de 51.18 ± 9.45 para o sexo feminino e 48.95 ± 9.68 para o sexo masculino.

No sentido de avaliar a possível existência de diferenças estatisticamente significativas nos valores médios das variáveis, em termos de escola frequentada, desenvolveram-se também testes t de Student. Não foram, no entanto encontradas tais diferenças em qualquer uma das variáveis analisadas.

Quadro 2: Diferenças nas médias em função da escola – teste t de Student.

Variáveis	Escola		Escola		Teste t de	
	Secundária		Profissional		Student	
	M	DP	M	DP	t	p
ERP-Preocupação	16.422	5.44	16.70	6.39	-.480	.384
ERP-Evitamento	15.37	5.34	15.85	5.26	-.874	.383
Falta de Prontidão	47.30	11.08	45.61	12.42	1.359	.175
Falta de Informação	54.14	22.47	50.00	20.82	1.803	.072
Informação inconsistente	34.95	15.97	36.33	16.20	-.810	.418
Indecisividade	50.45	10.10	49.41	8.91	1.026	.306
Certeza Vocacional	15.95	5.70	15.95	4.39	-.007	.995

Nota: M = Média; DP = Desvio-padrão.

De modo a determinar uma possível existência de diferenças nos valores médios das variáveis em análise em função do ano de escolaridade desenvolveram-se ANOVAS, cujos resultados se apresentam de seguida.

Quadro 3: Diferenças nas médias em função do ano de escolaridade – ANOVAS.

Variáveis		n	M	DP	Amplitude		F	p
					Mínimo	Máximo		
Preocupação	10º	114	16,6579	5,95236	5,00	32,00	.306	.737
	11º	137	16,0949	5,48780	5,00	29,00		
	12º	109	16,4954	6,34009	5,00	33,00		
	Total	360	16,3944	5,89178	5,00	33,00		
Evitamento	10º	114	15,8070	4,89695	5,00	29,00	.958	.385
	11º	135	15,7926	5,27469	5,00	30,00		
	12º	109	14,9633	5,59750	5,00	28,00		
	Total	358	15,5447	5,25932	5,00	30,00		
Falta de prontidão	10º	115	47,5652	11,73922	18,00	88,00	1.392	.250
	11º	137	46,7080	12,09652	11,00	90,00		
	12º	108	44,9815	11,34174	14,00	78,00		
	Total	360	46,4639	11,77310	11,00	90,00		
Falta de informação	10º	112	52,2500	20,49940	12,00	100,00	.408	.666
	11º	137	53,1095	22,01292	12,00	108,00		
	12º	107	50,5888	22,72973	12,00	108,00		
	Total	356	52,0815	21,73442	12,00	108,00		
Informação Inconsistente	10º	113	36,3274	15,88825	10,00	83,00	.160	.852
	11º	138	35,4203	16,20120	10,00	90,00		
	12º	108	35,1759	16,24453	10,00	74,00		
	Total	359	35,6323	16,07867	10,00	90,00		
Indecisividade	10º	114	49,75	8,881	20	75	.102	.903
	11º	133	49,80	9,968	29	72		
	12º	108	50,28	9,702	27	79		
	Total	355	49,93	9,526	20	79		
Certeza Vocacional	10º	115	16,53	4,418	4	24	2.345	.097
	11º	138	15,22	5,663	4	24		
	12º	110	16,25	4,944	4	24		
	Total	363	15,95	5,097	4	24		

Nota: M = Média; DP = Desvio-padrão..

Da observação do quadro anterior pode concluir-se que não foram registadas diferenças estatisticamente significativas nos valores médios de

qualquer uma das variáveis analisadas em função do ano de escolaridade.

Apresentam-se de seguida os resultados médios para as variáveis para a interação tipo de escola e ano de escolaridade.

Quadro 4: Diferenças nos valores médios em função do tipo de ensino e do ano de escolaridade.

Variáveis	Ensino Profissional						Ensino Regular					
	10.º ano		11.º ano		12.º ano		10.º ano		11.º ano		12.º ano	
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP
Preocupação	16.48	6.39	15.87	6.25	18.00	6.88	17.17	4.56	16.24	4.96	15.62	5.88
Evitamento	15.76	5.01	15.85	5.72	15.78	5.23	15.93	4.64	15.75	4.99	14.49	5.79
Falta Prontidão	47.20	12.26	44.11	12.96	44.30	11.91	48.55	10.33	48.40	11.26	45.38	11.07
Falta Inf.	49.96	19.78	49.70	22.14	50.48	21.60	58.79	21.44	55.33	21.78	50.66	23.54
Inf. Inconsist.	36.02	15.94	36.46	17.64	36.78	15.08	37.21	15.97	34.75	15.28	34.24	16.93
Indecisividade	49.85	9.14	48.24	8.73	50.10	8.74	49.50	8.27	50.87	10.66	50.38	10.27
Certeza Voc.	16.74	3.69	15.81	5.26	14.48	4.17	15.97	6.00	14.85	5.91	17.26	5.09

Nota: M = Média; DP = Desvio-padrão; * $p < .05$.

Por análise dos resultados em termos de ano de escolaridade, em função da escola, verificou-se que para os alunos do 10º anos apenas foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nos valores médios da variável *Falta de informação* ($t=2.024$; $p < .05$) para a qual o valor médio dos alunos do ensino regular (49.46 ± 19.78) é mais baixo do que o correspondente para alunos do ensino profissional (58.79 ± 21.44).

Em relação aos alunos do 11º ano a situação revelou-se idêntica da verificada para os alunos do 10º ano tendo-se observado novamente, apenas, diferenças estatisticamente significativas nos valores médios da variável *Falta de informação* ($t=2.051$; $p < .05$) para a qual o valor médio dos alunos

do ensino regular (49.70 ± 22.14) é mais baixo do que o correspondente para alunos do ensino profissional (55.33 ± 21.78).

Finalmente, no que toca aos alunos do 12º ano observaram-se apenas diferenças estatisticamente significativas na variável *Certeza Vocacional* ($t=2.937$; $p<.01$). Assim, os estudantes do 12º ano do ensino profissional apresentaram valores médios mais elevados nesta variável (17.26 ± 5.09) do que os do ensino regular (14.48 ± 4.17).

De modo a perceber a existência de possíveis relações entre o sexo, ano de escolaridade e tipo de escola e as variáveis em análise, determinaram-se coeficientes de correlação de Spearman (sexo e escola) ou de Pearson (ano de escolaridade). Foram ainda determinados coeficientes de correlação de Pearson entre as restantes variáveis. Os resultados apresentam-se no quadro que se segue.

Quadro 5: Relação entre as variáveis em estudo, sexo, ano de escolaridade e escola.

Var	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1.	1.00									
2.	.52**	1.00								
3.	.36**	.25**	1.00							
4.	.35**	.30**	.53**	1.00						
5.	.37**	.29**	.52**	.76**	1.00					
6.	.38**	.26**	.46**	.37**	.39**	1.00				
7.	-.13*	-.14*	-.13*	-.50**	-.38	-.20**	1.00			
8.	.04	-.00	.05	.01	.11*	-.11*	.012	1.00		
9.	-.01	-.06	-.09	-.03	-.03	.022	-.024	-.10	1.00	
10.	0.40	0.47	-.07	-.10	.04	-.06	.000	.27**	-.29**	1.00

Nota:

1 – Preocupação; 2 – Evitamento; 3 – Falta de Prontidão; 4 – Falta de informação; 5 – Informação Inconsistente; 6 – Indecisividade; 7 – Certeza Vocacional; 8 – Sexo; 9 – Ano; 10 – Escola;

* $p<.05$; ** $p<0.01$.

Assim, no que diz respeito ao sexo, observaram-se correlações estatisticamente significativas com a *Informação Inconsistente* ($\rho=.11$; $p<.05$) e a *Indecisividade* ($\rho= -.11$; $p<.05$). Estas correlações são estatisticamente significativas ao nível de 5%, conferindo-nos resultados

com 95% de confiança.

Relativamente ao ano de escolaridade, não foram encontradas correlações estatisticamente significativas com qualquer uma das variáveis em análise, o mesmo se passando em relação à escola que os alunos frequentam.

No que se relaciona com a *Preocupação* foram encontradas correlações estatisticamente significativas com o *Evitamento* ($\rho=.52$; $p<.01$), a *Falta de prontidão* ($\rho=.36$; $p<.01$), a *Falta de informação* ($\rho=.35$; $p<.01$), a *Informação Inconsistente* ($\rho=.37$; $p<.01$), a *Indecisividade* ($\rho=.38$; $p<.01$) e a *Certeza Vocacional* ($\rho=-.13$; $p<.05$). Conclui-se assim que os participantes que manifestam maior *Preocupação*, manifestam valores médios também mais elevados no *Evitamento*, *Falta de prontidão*, *Falta de Informação*, *Informação Inconsistente* e *Indecisividade*, mas valores médios mais baixos em relação à *Certeza Vocacional*.

Por outro lado, no que se refere ao *Evitamento*, observaram-se correlações estatisticamente significativas com a *Falta de Prontidão* ($\rho=.25$; $p<.01$), *Falta de Informação* ($\rho=.30$; $p<.01$), *Informação Inconsistente* ($\rho=.29$; $p<.01$), *Indecisividade* ($\rho=.26$; $p<.01$) e *Certeza Vocacional* ($\rho=-.14$; $p<.01$). Conclui-se assim que os participantes que manifestam maior valor médio no *Evitamento*, apresentam também valores médios mais elevados na *Falta de prontidão*, *Falta de Informação*, *Informação Inconsistente* e *Indecisividade*, mas valores médios mais baixos em relação à *Certeza Vocacional*.

Relativamente à *Falta de Prontidão*, a mesma encontra-se correlacionada com a *Falta de Informação* ($\rho=.53$; $p<.01$), *Informação Inconsistente* ($\rho=.52$; $p<.01$), *Indecisividade* ($\rho=.46$; $p<.01$) e *Certeza Vocacional* ($\rho=-.13$; $p<.05$). Deste modo, os participantes que manifestam maior *Falta de Prontidão*, manifestam valores médios também mais elevados na *Falta de Informação*, *Informação Inconsistente* e *Indecisividade*, mas valores médios mais baixos em relação à *Certeza Vocacional*.

A *Falta de Informação* encontra-se correlacionada de forma estatisticamente significativa com a *Informação Inconsistente* ($\rho=.76$; $p<.01$), *Indecisividade* ($\rho=.37$; $p<.01$) e *Certeza Vocacional* ($\rho=-.50$; $p<.01$).

Assim, os participantes que manifestam maior *Falta de Informação*, manifestam valores médios também mais elevados na *Informação Inconsistente* e *Indecisividade*, mas valores médios mais baixos em relação à *Certeza Vocacional*.

Relativamente à *Informação Inconsistente* apenas foi encontrada uma correlação estatisticamente significativa com a *Indecisividade* ($\rho=.39$, $p<.01$), revelando que os participantes com valores médios mais elevados na *Informação Inconsistente* apresentam também valores médios mais elevados na *Indecisividade*.

Por fim, relativamente à *Indecisividade*, foi encontrada uma correlação estatisticamente significativa com a *Certeza Vocacional* ($\rho=-.20$, $p<.01$), revelando que valores médios mais elevados de *Indecisividade* correspondem a valores médios mais baixos de *Certeza Vocacional*.

O quadro que se segue apresenta o sumário dos modelos de regressão linear após a entrada de cada um dos blocos de variáveis preditoras considerados. O nível de significância associado a cada modelo ($p=.000$) mostra que a contribuição das variáveis inseridas em cada modelo é significativa, contribuindo deste modo para a predição dos ganhos em *Certeza Vocacional*.

Quadro 6: *Sumário da regressão hierárquica para a variável dependente Certeza Vocacional.*

Modelo	Estatísticas de mudança						
	R ²	R ² ajustado ¹	F	P	ΔR^2	ΔF	Δp
1 ^a	.000	-.009	27.427	.992	.000	.032	.992
2 ^b	.285	.265	19.384	.000	.285	21.564	.000

Variável Dependente: *Certeza Vocacional*.

^aPreditores: Sexo, idade, escola (profissional vs secundária).

^bPreditores: Preocupação, evitamento, falta de prontidão, falta de informação, informação inconsistente, indecisividade.

Pela observação do quadro anterior, observa-se que o primeiro

¹ Este será o valor tomado como referência para a percentagem de variância explicada.

modelo de variáveis (relativo às variáveis sociodemográficas sexo, idade e e tipo de escola) explica aproximadamente 0.9% da variação na Certeza Vocacional.

O segundo bloco de variáveis que entrou no modelo diz respeito às variáveis preocupação, evitamento, falta de prontidão, falta de informação, informação inconsistente e indecisividade, explica aproximadamente 26,5% da variância da variável Certeza Vocacional. Apesar de reduzido, trata-se de um contributo estatisticamente significativo ($p = .000$).

No quadro seguinte apresentam-se os coeficientes relativos à regressão linear, considerando a *Certeza Vocacional* como variável dependente.

Quadro 7: Coeficientes de regressão na variável dependente *Certeza Vocacional*.

Modelo 2	β	Beta	t	p
Sexo	-.126	.521	-.242	.809
Idade	-.113	.182	-.623	.534
Escola	-.398	.514	-.776	.438
Preocupação	.032	.037	.630	.529
Evitamento	.001	.001	.023	.981
Falta Prontidão	.106	.248	4.064	.000
Falta informação	-.143	-.610	-7.805	.000
Infor. Inconsis.	.000	.000	.005	.996
Indecisividade	-.049	-.091	-1.640	.102

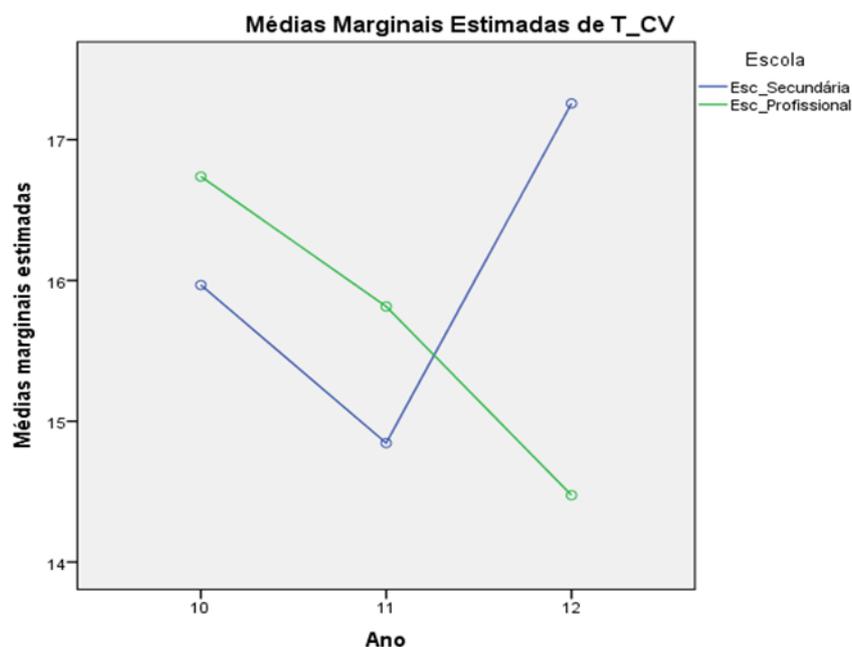
Pela análise dos resultados do quadro anterior, podemos concluir, relativamente a todos os preditores, que as variáveis com valor explicativo estatisticamente significativo, ordenadas por ordem de grandeza do seu valor Beta (β) são: Falta de Prontidão ($\beta=-0.248$; $p=.000$) e Falta de Informação ($\beta=-.610$ $p=.000$).

Observa-se assim que os alunos que revelam maior falta de prontidão revelam uma maior velocidade média na Certeza Vocacional, o mesmo se passando em relação à falta de informação.

No gráfico que de seguida se expõe verifica-se que no ensino profissional os sujeitos iniciam o 10.º ano com um nível maior de *Certeza Vocacional* que vai descendo no 11.º e 12.º ano de escolaridade.

Relativamente ao ensino regular os alunos iniciam com um nível de *Certeza Vocacional* ligeiramente menor aos do ensino profissional que decresce quando os alunos ingressam no 11.º. Contudo quando se encontram a frequentar o 12.º ano o nível de certeza vocacional aumenta para um número superior aos alunos do ensino profissional.

Quadro 8: Médias marginais estimadas de Certeza Vocacional



V- Discussão

O objetivo essencial deste estudo prendeu-se com o estudo das variáveis *Preocupação*, *Evitamento*, *Falta de Prontidão*, *Falta de Informação*, *Informação Inconsistente*, *Indecisividade* e *Certeza Vocacional*. Os valores médios das primeiras duas variáveis encontravam-se inseridas na *Escala de Relações Próximas*, avaliando

a Vinculação e as duas seguintes foram avaliadas através do questionário de *Dificuldade de Tomada de Decisão*.

Pretendeu-se assim, avaliar, concretamente, a influência do tipo de vinculação dos participantes nos níveis de indecisão vocacional generalizada.

Tendo em consideração que a amostra utilizada nesta investigação foi constituída por alunos dos ensinos regular (ensino secundário) e profissional, de ambos os sexos, a frequentar os 10º, 11º e 12º anos de escolaridade, analisou-se ainda a influência do sexo (masculino v.s. feminino), tipo de escola (regular v.s. profissional) e ano de escolaridade (10º, 11º ou 12º ano) nas variáveis em estudo. Pretendeu-se assim perceber se existiam diferenças significativas nos níveis médios das variáveis consideradas em função de do sexo, tipo de escola e ano de escolaridade.

No que diz respeito ao sexo, foram observadas diferenças estatisticamente significativas nos valores médios das variáveis *Informação inconsistente* e *Indecisividade*. Deste modo, em termos de *Informação inconsistente*, os participantes do sexo masculino apresentam um valor médio mais elevado do que os do sexo feminino.

Em relação à *Indecisividade*, são os participantes do sexo feminino aqueles para quem o valor médio mais elevado é registado.

Deste modo, pode concluir-se que a hipótese H3, colocada inicialmente, foi apenas corroborada, em parte. Nesta hipótese afirmava-se a existência de diferenças significativas nas dimensões da vinculação, da indecisividade, certeza vocacional e dificuldades de tomada de decisão de carreira em função do sexo..

Contudo, não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas variáveis *Preocupação*, *Evitamento*, *Falta de Prontidão*, *Falta de Informação* e *Certeza Vocacional*.

Assim, pode concluir-se que não existem diferenças, significativas do ponto de vista estatístico, na vinculação e na certeza vocacional, em função do sexo.

Por outro lado, não foram também encontradas diferenças estatisticamente significativas nos valores médios das variáveis em função do ano de escolaridade, permitindo afirmar que, aparentemente, os participantes deste estudo, apresentam os mesmos níveis de vinculação (Preocupação e Evitamento), Certeza Vocacional, Falta de Prontidão, Falta de Informação, Informação Inconsistente, e Indecisividade, qualquer que seja o ano de escolaridade que se encontram a frequentar.

Também o tipo de escola não parece afetar os níveis médios das variáveis em estudo, uma vez que também não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nos mesmos, em função do tipo de escola (regular ou profissional).

Posto isto, conclui-se que a hipótese H4, colocada inicialmente, onde se afirmava a existência de diferenças significativas nas dimensões da vinculação, da indecisividade, certeza vocacional e dificuldades de tomada de decisão de carreira em função do ano de escolaridade (10º, 11º e 12º ano) e do tipo de ensino (profissional ou regular) não foi corroborada.

Numa análise mais pormenorizada, tendo em conta, conjuntamente o ano de escolaridade frequentado pelos participantes e o tipo de escola frequentado, foram no entanto encontradas diferenças estatisticamente significativas em algumas das variáveis consideradas.

Assim, considerando a comparação entre os alunos que participaram nesta investigação, a frequentar o 10º das escolas regulares e os seus companheiros a frequentar as escolas profissionais, encontraram-se diferenças estatisticamente significativas nos valores médios da *Falta de informação* observando-se que os alunos do ensino regular apresentam valores mais baixos do que os do ensino profissional. Este facto pode estar relacionado com o próprio perfil dos alunos que frequentam as escolas regulares. Esta situação foi também observada quando se estabeleceu a comparação entre os

alunos do 11º ano a frequentar as escolas regulares e os alunos que frequentam o mesmo ano nas escolas profissionais e que participaram nesta investigação.

Já em relação aos alunos do 12º ano, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nos valores médios da *Certeza Vocacional*, tendo neste caso sido os alunos do Ensino Profissional aqueles que apresentaram valores médios mais elevados em comparação com os alunos do ensino regular. Este facto pode estar relacionado com a realidade destas escolas, que ministram cursos técnico-profissionais cujo objetivo primeiro é proporcionar um ensino secundário, duplamente certificado, mas orientado no sentido de satisfazer as necessidades do mercado de trabalho e dos jovens que procuravam o seu primeiro emprego. É pois natural que os alunos que frequentam o 12º anos de escolaridade apresentem níveis de *Certeza Vocacional* mais elevados do que os seus companheiros do ensino regular, para quem o seu futuro profissional, é nesse momento uma incógnita, até pela própria incerteza resultante da forma de ingresso no ensino superior.

Ainda relativamente à *Certeza Vocacional*, e estabelecendo novamente a comparação entre o tipo de escola frequentada e o ano de escolaridade verificou-se contudo que os alunos do ensino profissional iniciam o 10.º ano com um nível maior de *Certeza Vocacional* que vai diminuindo à medida que passam para o 11.º e depois 12.º ano de escolaridade. Contrariamente a este facto, os alunos do ensino regular percorrem um percurso inverso, no que toca a este facto. Assim, no ensino regular os alunos iniciam o 10º ano com um nível de *Certeza Vocacional* ligeiramente menor do que os do ensino profissional, que decresce quando ingressam no 11.º. Contudo quando se encontram a frequentar o 12.º ano o nível de *certeza vocacional* aumenta novamente.

Analisando agora as relações entre a vinculação e as dificuldades de tomada de decisão, registaram-se diferenças

estatisticamente significativas entre a *Preocupação* e o *Evitamento* ($\rho=.52$; $p<.01$). Esta correlação, apresentando um valor positivo, forte, indicia, como é natural, que as variáveis de vinculação encontram-se positivamente relacionadas sendo que, sujeitos que apresentam valores mais elevados de uma delas apresentam também valores mais elevados da outra.

Além disso, a *Preocupação* encontra-se ainda positivamente relacionada, de forma significativa com a *Falta de prontidão*, a *Falta de informação*, a *Informação Inconsistente* e a *Indecisividade* e negativamente mcorrelacionada com a *Certeza Vocacional*. Assim, valores sujeitos que apresentam valores mais elevados na *Preocupação* apresentam também índices mais elevados na *Falta de Prontidão*, *Falta de Informação*, *Informação Inconsistente*, e *Indecisividade*, mas valores mais baixos de *Certeza Vocacional*.

Ainda em relação à vinculação, mas no que toca ao *Evitamento*, observaram-se correlações positivas, estatisticamente significativas com a *Falta de Prontidão*, *Falta de Informação*, *Informação Inconsistente*, *Indecisividade* e *Certeza Vocacional* ($\rho=-.14$; $p<.01$). Deste modo, os sujeitos que manifestam maior *valor médio* no *Evitamento*, apresentam também valores médios mais elevados na *Falta de prontidão*, *Falta de Informação*, *Informação Inconsistente* e *Indecisividade*, mas valores médios mais baixos em relação à *Certeza Vocacional*.

Assim, relativamente à hipótese H1, colocada inicilmente, onde se afirmava que a vinculação (*Preocupação* e *Evitamento*) encontra-se negativamente relacionada com as dificuldades de tomada de decisão, pode concluir-se que a mesma não é corroborada na medida em que a única correlação negativa, encontrada, foi registada entre a *Preocupação* e a *Certeza Vocacional*, tendo as restantes significativas, encontradas apresentado um valor positivo.

Do mesmo modo, a hipótese H2, colocada no início desta investigação, afirmando que a vinculação (*Preocupação* e *Evitamento*)

encontra-se negativamente relacionada com a indecisão generalizada não foi corroborada.

Para além das já referidas, foram encontradas também correlações positivas, estatisticamente significativas, entre a *Falta de Prontidão* e a *Falta de Informação, Informação Inconsistente, e Indecisividade* e negativas com a *Certeza Vocacional*. Deste modo, os participantes que manifestam maior *Falta de Prontidão*, manifestam também mais *Falta de Informação, Informação Inconsistente e Indecisividade*, mas valores médios mais baixos em relação à *Certeza Vocacional*.

Por outro lado, *Falta de Informação* encontra-se correlacionada positivamente de forma estatisticamente significativa com a *Informação Inconsistente e Indecisividade* mas negativamente com a *Certeza Vocacional*. Deste modo, os sujeitos que manifestam maior *Falta de Informação*, manifestam também mais *Informação Inconsistente e Indecisividade*, mas menor *Certeza Vocacional*.

Além disso, a *Informação Inconsistente* encontra-se estatisticamente correlacionada de forma positiva com a *Indecisividade* revelando que os participantes com mais *Informação Inconsistente* são também detentores de maior *Indecisividade*. Contudo, esta relaciona-se de forma estatisticamente significativa, mas negativamente, com a *Certeza Vocacional* o que permite inferir que indivíduos mais indecisos apresentam menor certeza em relação à sua vocação.

Por fim, e no sentido de perceber quais as variáveis melhor predictoras da certeza vocacional realizaram-se regressões lineares. O objetivo passou por avaliar se as variáveis psicológicas relacionadas com a vinculação, indecisividade, certeza vocacional e dificuldades de tomada de decisão de carreira são melhores preditores da certeza vocacional do que as variáveis sociodemográficas, consideradas neste estudo (sexo, tipo de escola e ano de escolaridade). Os resultados encontrados permitiram concluir que de facto, tal acontece o que

significa que, para esta amostra, e no que concerne a este estudo, as variáveis psicológicas apresentam melhor poder preditor da certeza vocacional do que as variáveis sociodemográficas.

VI – Conclusões

Assim, e como conclusão, pode afirmar-se, no final deste estudo que em termos de variáveis sociodemográficas, apenas o sexo induziu diferenças significativas nos valores médios da *Informação inconsistente* e da *Indecisividade*, não tendo sido observada situação idêntica nem em relação ao ano de escolaridade nem em relação ao tipo de escola. Além disso, percebeu-se que a informação é mais inconsistente entre o sexo masculino do que entre o feminino mas revelando as participantes deste sexo maior indecisão do que os participantes masculinos.

Concluiu-se ainda que os participantes dos 10.º e 11.º anos de escolaridade do ensino regular revelam valores menores de *Falta de informação* do que os colegas que frequentam os mesmos anos de escolaridade no ensino profissional. Já em relação aos alunos do 12.º ano, concluiu-se que são os alunos das escolas profissionais aqueles que apresentam valores mais elevados neste item.

Além disso, os alunos das escolas profissionais iniciam o 10.º ano com um nível maior de *Certeza Vocacional* do que os das escolas regulares, que vai decendo no 11.º e 12.º ano de escolaridade. No ensino regular os alunos iniciam os seus estudos com um nível de *Certeza Vocacional* ligeiramente menor aos do ensino profissional que decresce quando os alunos ingressam no 11.º mas que aumenta novamente quando passam a frequentar o 12.º ano.

Concluiu-se ainda que o sexo se encontra relacionado, de forma estatisticamente significativa com a *Informação Inconsistente* e a *Indecisividade* ($\rho = -.11$; $p < .05$); A *Preocupação* com o *Evitamento*, *Falta de prontidão*, *Falta de informação*, *Informação Inconsistente*, *Indecisividade* e *Certeza Vocacional*; O *Evitamento* com a *Falta de*

Prontidão, Falta de Informação, Informação Inconsistente, Indecisividade (e *Certeza Vocacional*; a *Falta de Prontidão* com a *Falta de Informação, Informação Inconsistente, Indecisividade* e *Certeza Vocacional*; a *Falta de Informação* com a *Informação Inconsistente, Indecisividade* ($\rho=.37$; $p<.01$) e *Certeza Vocacional* ($\rho=-.50$; $p<.01$); a *Informação Inconsistente* com *Indecisividade* ($\rho=.39$, $p<.01$), e a *Indecisividade* com a *Certeza Vocacional* ($\rho=-.20$, $p<.01$).

Concluiu-se ainda, com esta investigação, que as variáveis psicológicas consideradas neste estudo revelaram-se melhores preditoras da certeza vocacional do que as variáveis sociodemográficas, consideradas, tal como o descrito na literatura.

Bibliografia

- Ainsworth, M. (1969). Object, Relations, Dependency, and Attachment: A Theoretical review of the Infant-Mother Relationship. *Child Development*(40): 969-1025.
- Ainsworth, M. D. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44 (4), 709-716.
- Ainsworth, M., e Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46 (4), 333-341.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale: Erlbaum.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base. Clinical applications of attachment theory*, Londres:Routledge.
- Bowlby, J. (1998). *Separação- Angústia e raiva*, 3ª ed., São Paulo: Martins Fontes (tradução brasileira de *Attachment and Loss – vol.II: Separation – Anxiety and Anger*, 1973).
- Bowlby, J. (2002). *Apego*. S. Paulo: Martins Fontes. (Obra original publicada em 1969).
- Bowlby, J. (2004). *Perda*. S. Paulo: Martins Fontes.(Obra original publicada em 1985).
- Bowlby, J. (2004). *Separação*. S. Paulo: Martins Fontes.(Obra original publicada em 1973).
- Bretherton, I. ; Ridgeway, D. ; Cassidy, J. (1990) - Assessing internal working models of attachment relationships: an attachment story completion task for 3-years-olds. In Greenberg, M. T. ; Cicchetti, D. ; Cummings, E. M., ed. lit. -Attachment in the preschool years: theory, research, and intervention. Chicago: The University of Chicago Press. p. 273308.
- Cardoso, P. (2007/2008). Percepção de barreiras da carreira em adolescentes portugueses. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 40, 141-161.
- Cassidy, J. (1999). The nature of the child's ties. In J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 3-20). New York: The Guilford Press.
- Cattell R. B. & Scheier I. H., (1961). *The meaning and measurement of neuroticism and anxiety*. Ronald Press, New York.

- Collins, N. & Read, S. (1990). *Adult attachment relationships, working models and relationship quality in dating couples*. *Journal of personality and social psychology*, n 58, pp. 644 – 683.
- Costa, M. H. C. (2010). O Ensino Profissional: um desafio para os professores. *Medi@ções – Revista OnLine*, 2, 51. Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Setúbal. Acedido em 4 de Abril de 2016 em <http://mediacoes.esse.ips.pt>.
- Crites, J. O. (1969). *Vocational psychology: The study of vocational behavior and its development*. New York: McGraw-Hill.
- Dysinger, W.S. (1950). Maturation and vocational guidance. *Occupations*, 29, 198-201.
- Fitzgerald, L. F., & Rounds, J. B. (1989). Vocational behavior, 1988: A critical analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 35,105–163.
- Fouad, N. A. (2007). Work and vocational psychology: Theory, research, and applications, *Annual Review of Psychology*, 58, 543-564.
- Flum, H. (2001). Relational Dimensions in Career Development. *In Journal of Vocational Behavior*, 59, 1-16.
- Gamboa, V. (2011). *O Impacto da Experiência de Estágio no Desenvolvimento Vocacional de Alunos dos Cursos Tecnológicos e Profissionais do Ensino Secundário*. Tese Doutoramento em Psicologia, especialidade de Psicologia da Educação. Universidade do Algarve, Faculdade de ciências Sociais e Humanas: Faro.
- Gamboa, V., Paixão, M. P., Jesus, S. (2013). Internship quality predicts career exploration of high school students. *Journal of Vocational Behavior*, 83, 78-87.
- Gati, I., M., & Osipow, S. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision-making. *Journal of Counseling Psychology*, 43, 510-523.
- Machado, T. & Oliveira, M. (2007). Vinculação aos pais em adolescentes portugueses: o estudo de Coimbra. *Psicologia e Educação*, 1, 97-115.
- Main, M., & Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with parent at age 6: Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental Psychology*, 24 (3), 415-426.

- Newton, P. (2008). *The Attachment Connection: Parenting a Secure and Confident Child Using the Science of Attachment Theory*. Oakland: New Harbinger Publications.
- Pinto, M. (2009). *Intimidade em Adolescentes de diferentes grupos étnicos*. Lisboa: Editorial do Ministério da Educação.
- Santos, A. C. (2009). *Exploração e Dificuldades de Tomada de Decisão Vocacional: Avaliação do impacto no tempo de uma intervenção em classe*. Tese de Mestrado. Braga: Universidade do Minho.
- Santos, P. (2005). *Indecisão Vocacional e Indecisão Generalizada*. Coimbra: FPCE/UC. Dissertação apresentada para obtenção do grau de doutor.
- Santos, P. (2007). *Dificuldades de Escolha Vocacional*. Coimbra: Edições Almedina.
- Silva, D. R. (2003). O Inventário de Estado-Traço de Ansiedade (S.T.A.I.). In M. M. Gonçalves, M. R. Simões, L. S. Almeida, & C. Machado (Eds.), *Avaliação Psicológica: Instrumentos validados para a população portuguesa* (vol. 1, pp. 45-63). Coimbra: Quarteto.
- Silva, J. T. (2004). Avaliação da indecisão vocacional. In L. M. Leitão (Coord.), *Avaliação psicológica em orientação escolar e profissional* (pp. 347-386). Coimbra: Quarteto.
- Solomon, J., & George, C. (1999). *Attachment Desorganization*. New York: Guilford Press.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. PaloAlto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Tyler, L. E. (1969). *The work of the counselor* (3rd ed.). Englewood Cliffs, N.J.: Prentice- Hall.
- Verschueren, K. ; Buyc, P. ; Marcoen, A. (2001) - Selfrepresentation and socioemotional competence in young children: a 3-year longitudinal study. *Developmental Psychology*. Vol. 37, nº 1, p. 126-134.
- Verschueren, K. ; Marcoen, A. (1999) - Representation of self and socioemotional competence in kindergartners: differential and combined effects of attachment to mother and to father. *Child Development*. Vol. 70, nº 1, p. 183-201.

Anexos

Questionário de Dados Sociodemográfico

Nome ou letras iniciais do nome
e data de nascimento: _____ (opcional)

Sexo: Feminino Masculino Idade: _____ Nacionalidade: _____

Curso: _____ Ano: _____

Escola: _____

Já reprovou o ano alguma vez? Sim Não Número de reprovações: _____

Com quem vives? Família Sozinho(a) Amigos

Onde moras? Casa Residência Instituição

Grau de parentesco	Escolaridade	Profissão
Pai		
Mãe		

Indique, de 1 a 5, o seu grau de satisfação relativamente aos seguintes indicadores:

	Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Satisfeito	Muito Satisfeito	Totalmente satisfeito
Escola	1	2	3	4	5
Curso/Área científica	1	2	3	4	5
Vida afetiva	1	2	3	4	5
Situação económica	1	2	3	4	5
Amigos	1	2	3	4	5

ESCALA DE CERTEZA VOCACIONAL

ECV

Já se decidiu sobre a sua futura profissão?

Pense por um momento e depois responda às perguntas que se seguem.

INSTRUÇÕES: Para cada questão faça um círculo à volta do número que melhor se adequa ao seu caso.

1. Já determinei uma área profissional na qual gostaria de trabalhar (por exemplo, saúde, artes, tecnologia, administração, educação, etc).

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

2. Já me decidi por uma profissão que gostaria de desempenhar (por exemplo, engenheiro electrotécnico, enfermeiro, vendedor, economista, etc).

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

3. Tenho ideias muito claras quanto ao que pretendo que seja a minha vida profissional.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

4. Já escolhi uma determinada opção profissional da qual não tenciono afastar-me.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

INDECISIVENESS SCALE

IS

Por favor responda a todas as questões de acordo com o que pensa e sente acerca delas e com a maior veracidade possível. Todas as respostas serão absolutamente confidenciais.

INSTRUÇÕES: Para cada questão faça um círculo à volta do número que melhor se adequa ao seu caso. Não deixe nenhuma questão por responder.

1. Tento adiar ter que tomar decisões.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

2. Sei sempre aquilo que quero.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

3. Acho fácil tomar decisões.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

4. Tenho dificuldades em planear o que fazer nos meus tempos livres.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

5. Gosto de estar em situações em que tenha que tomar decisões.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

6. Depois de tomar uma decisão sinto-me bastante confiante quanto à decisão que tomei.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

7. Quando escolho pratos de uma ementa num restaurante, tenho normalmente dificuldades em decidir o que vou pedir.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

8. Normalmente tomo decisões de forma rápida.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

9. Depois de tomar uma decisão não me preocupo mais com ela.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

10. Fico ansioso(a) quando estou a tomar decisões.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

11. Frequentemente preocupo-me com a possibilidade de fazer uma má escolha.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

12. Depois de ter escolhido ou decidido alguma coisa, acredito, frequentemente, que fiz uma má escolha ou tomei uma má decisão.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

13. Não consigo realizar as minhas tarefas e obrigações a tempo porque não consigo decidir o que fazer em primeiro lugar.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

14. Tenho dificuldades completar as minhas tarefas e obrigações porque não consigo decidir sobre o que é mais importante.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

15. Parece-me que decidir mesmo sobre as coisas mais simples me leva muito tempo.

Discordo inteiramente 1 2 3 4 5 6 Concordo inteiramente

© Copyright 1993 R. O. Frost e R. C. Gross

Tradução de Paulo Jorge Santos. Utilização exclusiva para investigação.

Indecisão vocacional e generalizada: qual o papel da vinculação?
Cátia Sofia Gomes Santos (e-mail: catita_299@hotmail.com) 2016

Escala de experiências em relações próximas

Por favor, leia cada uma das seguintes afirmações e avalie o grau em que cada uma delas descreve os seus sentimentos acerca das relações com os seus parceiros/as (p. ex., marido/mulher, namorado/a, companheiro/a, etc). Pense em todas as suas relações, passadas e presentes, e responda em termos de como geralmente se sente nessas relações. Responda a cada afirmação indicando o quanto concorda ou discorda. Selecione o quadrado correspondente à sua resposta na escala apresentada.

	Discordo fortemente				Neutro/ Misto				Concordo fortemente
1. Preocupa-me que os meus parceiros/as não se preocupem tanto comigo como eu com eles/elas.	<input type="checkbox"/>								
2. Quero tornar-me próximo do meu parceiro/a mas estou sempre a afastar-me.	<input type="checkbox"/>								
3. Fico nervosa quando os meus parceiros/as se tornam demasiado próximos.	<input type="checkbox"/>								
4. O meu desejo de me tornar muito próximo/a por vezes assusta as pessoas.	<input type="checkbox"/>								
5. Tento evitar tornar-me demasiado próximo/a do meu parceiro/a.	<input type="checkbox"/>								
6. Preciso de muitas manifestações de amor para me sentir amado/a pelo meu parceiro/a.	<input type="checkbox"/>								
7. Não me preocupo muitas vezes com o ser abandonado/a.	<input type="checkbox"/>								
8. Penso que o meu parceiro/a não se quer tornar tão próximo/a como eu gostaria.	<input type="checkbox"/>								
9. Costumo discutir os meus problemas e preocupações com o meu parceiro/a.	<input type="checkbox"/>								
10. Fico frustrado/a se os meus parceiros/as não estão disponíveis quando eu preciso deles/delas.	<input type="checkbox"/>								
11. Ajuda-me o poder contar com o meu parceiro/a nas situações de necessidade.									
12. Recorro ao meu parceiro/a para muitas coisas, incluindo conforto e segurança.									

ESCALA DE NECESSIDADES BÁSICAS

Título Original: Balanced Measure of Psychological Needs (BMPN) Scale
Desenvolvida por Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y., & Kasser, T., 2001
Tradução e adaptação por P. Cordeiro, P. Paixão; W. Lens

Na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, estamos a realizar uma investigação cujo objectivo é conhecer algumas características psicológicas. Estamos interessados em conhecer a tua opinião como estudante. **NÃO** se trata de um teste e **NÃO** existem respostas correctas ou erradas. Sê o mais sincero(a) possível nas tuas respostas. A informação que nos irás fornecer será totalmente **CONFIDENCIAL**. Responde, por favor, a **TODAS** as questões. Para cada afirmação, responde apenas **UMA VEZ**.

INSTRUÇÕES: De seguida, serão apresentadas uma série de afirmações que podemos utilizar quando nos queremos descrever. Lê, por favor, cada uma das afirmações e decide aquela que melhor te descreve. Quando tiveres dificuldade, responde tendo em conta o que sentes emocionalmente e não o que gostarias que acontecesse ou acreditas que é mais adequado. Para responder, utiliza a escala de resposta abaixo indicada, escolhendo, de entre as cinco respostas possíveis, aquela que melhor se ajusta ao teu caso.

Escala

1	Se DISCORDAS TOTALMENTE com a afirmação
2	Se DISCORDAS com a afirmação
3	Se NÃO CONCORDAS NEM DISCORDAS com a afirmação
4	Se CONCORDAS com a afirmação
5	Se CONCORDAS TOTALMENTE com a afirmação

Exemplo

Por favor, faça uma cruz sobre o número que melhor descreve a tua forma de pensar

A Gosto de assistir a festivais de verão

1 2 3 4 5

Abaixo vais encontrar uma série de afirmações referentes a experiências que podem ou não ocorrer na tua vida. Indica em que medida concordas com estas afirmações, desenhando um círculo em torno do número que corresponde à tua opção.

Discordo totalmente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	Concordo totalmente
1	2	3	4	5

BMPN 1	As minhas escolhas são baseadas nos meus verdadeiros interesses e valores	1	2	3	4	5
BMPN 2	Sinto-me livre para fazer as coisas à minha maneira	1	2	3	4	5
BMPN 3	As minhas escolhas reflectem verdadeiramente quem sou	1	2	3	4	5
BMPN 4	Tenho bons resultados sempre que me envolvo em tarefas e projectos difíceis	1	2	3	4	5
BMPN 5	Estou a tentar e a ser capaz de resolver tarefas desafiantes e difíceis	1	2	3	4	5
BMPN 6	Sou bem-sucedido(a) naquilo que faço	1	2	3	4	5
BMPN 7	Sinto-me ligado(a) a pessoas que se preocupam comigo e por quem me preocupo	1	2	3	4	5
BMPN 8	Sinto-me próximo(a) e em sintonia com pessoas que são importantes para mim	1	2	3	4	5
BMPN 9	Sinto uma grande intimidade com as pessoas com quem passo mais tempo	1	2	3	4	5
BMPN 10	Eu passava bem sem muitas das pressões a que estou sujeito	1	2	3	4	5
BMPN 11	Há pessoas que me dizem o que devo fazer	1	2	3	4	5
BMPN 12	Faço coisas contra a minha vontade	1	2	3	4	5
BMPN 13	Faço coisas disparatadas que me fizeram sentir incompetente	1	2	3	4	5
BMPN 14	Sinto com frequência que fracasso, ou verifico que não sou capaz de ser bem-sucedido no que faço	1	2	3	4	5
BMPN 15	Esforço-me para conseguir fazer as coisas em que devia ter sucesso	1	2	3	4	5
BMPN 16	Sinto-me sozinho	1	2	3	4	5
BMPN 17	Eu sinto-me desvalorizado(a) por uma ou mais pessoas importantes para mim	1	2	3	4	5
BMPN 18	Eu tenho divergências ou conflitos com pessoas com as quais me costumava dar bem	1	2	3	4	5

QUESTIONÁRIO DE AUTO-AVALIAÇÃO

STAI Forma Y-2

INSTRUÇÕES: Em baixo encontra uma série de frases que as pessoas costumam usar para se descreverem a si próprias. Leia cada uma delas e faça uma cruz (X) no número da direita que indique como se sente em geral. Não há respostas certas nem erradas. Não leve muito tempo com cada frase, mas dê a resposta que lhe parece descrever como se sente geralmente.

		<i>quase nunca</i>	<i>algumas vezes</i>	<i>frequentemente</i>	<i>quase sempre</i>
21. Sinto-me bem.....	1	2	3	4	
22. Sinto-me nervoso e inquieto.....	1	2	3	4	
23. Sinto-me satisfeito comigo próprio.....	1	2	3	4	
24. Quem me dera ser tão feliz como os outros parecem sê-lo.....	1	2	3	4	
25. Sinto-me um falhado.....	1	2	3	4	
26. Sinto-me tranquilo.....	1	2	3	4	
27. Sou calmo, ponderado e senhor de mim mesmo.....	1	2	3	4	
28. Sinto que as dificuldades estão a acumular-se de tal forma que as não consigo resolver.....	1	2	3	4	
29. Preocupo-me demais com coisas que na realidade não têm importância.....	1	2	3	4	
30. Sou feliz.....	1	2	3	4	
31. Tenho pensamentos que me perturbam.....	1	2	3	4	
32. Não tenho muita confiança em mim.....	1	2	3	4	
33. Sinto-me seguro.....	1	2	3	4	
34. Tomo decisões com facilidade.....	1	2	3	4	
35. Muitas vezes sinto que não sou capaz.....	1	2	3	4	
36. Estou contente.....	1	2	3	4	
37. Às vezes, passam-me pela cabeça pensamentos sem importância que me aborrecem.....	1	2	3	4	
38. Tomo os desapontamentos tão a sério que não consigo afastá-los do pensamento.....	1	2	3	4	
39. Sou uma pessoa estável.....	1	2	3	4	
40. Fico tenso ou desorientado quando penso nas minhas preocupações e interesses mais recentes.....	1	2	3	4	

ROSENBERG SELF-ESTEEM SCALE

RSES

Segue-se uma lista de afirmações que dizem respeito ao modo como se sente acerca de si próprio(a). À frente de cada uma delas assinale com uma cruz (x), na respectiva coluna, a resposta que mais se lhe adequa.

	Concordo Totalmente	Concordo	Discordo	Discordo Totalmente
1. Globalmente, estou satisfeito(a) comigo próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Por vezes penso que não sou bom/boa em nada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sinto que tenho algumas qualidades.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das pessoas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sinto que não tenho muito de que me orgulhar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Por vezes, sinto-me de facto, um(a) inútil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sinto-me uma pessoa de valor, pelo menos tanto quanto a generalidade das pessoas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Gostaria de ter mais respeito por mim próprio(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Bem vistas as coisas, inclino-me a sentir que sou um(a) falhado(a).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Adopto uma atitude positiva para comigo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Questionário das Dificuldades de Tomada de Decisão de Carreira

Com este questionário pretendemos ajudá-lo/a a localizar possíveis dificuldades relacionadas com a tomada de decisão relativa à carreira.

Por favor pedimos-lhe que comece por preencher a seguinte informação:

Idade: _____

Número de anos de escolaridade: _____

Sexo: Feminino / Masculino

Já considerou qual a área em que gostaria de se especializar ou qual a ocupação que gostaria de escolher?

Sim / Não

Em caso afirmativo, até que ponto está confiante na sua escolha?

Nada confiante 1 2 3 4 5 6 7 8 9 **Muito confiante**

De seguida, ser-lhe-á apresentada uma lista de afirmações relativas ao processo de tomada de decisão de carreira. Avalie o grau em que cada afirmação se aplica a si, considerando a seguinte escala:

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 **Descreve-me bem**

Coloque um círculo à volta do número 1 se a afirmação não o descreve e do número 9 se o descreve bem. É claro, que pode assinalar qualquer um dos níveis intermédios.

Por favor responda a todas as questões.

Por favor, para cada afirmação coloque um círculo à volta do número que melhor o descreve.

1. Sei que tenho de escolher uma carreira, mas não tenho a motivação para tomar a decisão agora (“não me apetece”).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 **Descreve-me bem**

2. O trabalho não é a coisa mais importante na vida e, por isso, a questão da escolha de uma carreira não me preocupa muito.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

3. Acredito que não tenho de escolher uma carreira neste momento, porque o tempo levar-me-á à escolha da carreira “certa”.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

4. Habitualmente tenho dificuldade em tomar decisões.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

5. Habitualmente sinto necessidade de ter a confirmação e o apoio nas minhas decisões por parte de um profissional ou de outras pessoas da minha confiança.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

6. Habitualmente tenho medo de falhar.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

7. Gosto de fazer as coisas à minha maneira.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

8. Espero que ao entrar na carreira que escolher se resolvam, também, os meus problemas pessoais.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

9. Acredito que só há uma carreira adequada para mim.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

10. Espero realizar todas as minhas aspirações através da carreira que escolher.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

11. Acredito que a escolha de carreira é uma escolha única e um compromisso para toda a vida.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

12. Faço sempre aquilo que me dizem, mesmo que isso vá contra a minha vontade.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

13. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque desconheço os passos que tenho de tomar.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

14. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não sei que factores devo ter em atenção.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

15. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não sei como combinar a informação que tenho sobre mim com aquela que tenho sobre as várias carreiras.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

16. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque continuo sem saber quais as ocupações que me interessam.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

17. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque ainda não estou certo acerca das minhas preferências de carreira (por exemplo, que tipo de relação quero ter com as pessoas, que ambiente de trabalho prefiro).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

18. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque ainda não disponho de informação suficiente sobre as minhas competências (por exemplo, capacidade numérica, competências verbais) e/ou sobre os meus traços de personalidade (por exemplo, persistência, iniciativa, paciência).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

19. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque desconheço quais serão, no futuro, as minhas capacidades e/ou traços de personalidade.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

20. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não disponho de informação suficiente sobre a variedade de ocupações ou os programas de formação existentes.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

21. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não disponho de informação suficiente sobre as características das ocupações e/ou os programas de formação que me interessam (por exemplo, a procura do mercado, os rendimentos típicos, as possibilidades de progressão, ou os pré-requisitos das alternativas de formação profissional).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

22. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não sei como serão as carreiras no futuro.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

23. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não sei como obter informação adicional sobre mim (por exemplo, sobre as minhas capacidades ou traços de personalidade).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

24. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não sei como obter informação precisa e actualizada sobre as ocupações e os programas de formação existentes, ou sobre as suas características.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

25. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque mudo constantemente de preferências de carreira (por exemplo, por vezes quero ter um emprego por conta própria e outras vezes trabalhador por conta de outrem).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

26. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque disponho de informações contraditórias sobre as minhas capacidades e/ou traços de personalidade (por exemplo, considero-me paciente com as outras pessoas, mas os outros dizem que sou impaciente).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

27. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque disponho de dados contraditórios acerca da existência ou das características de uma determinada ocupação ou programa de formação.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

28. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque estou igualmente interessado/a em várias carreiras e é-me difícil escolher entre elas.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

29. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque não gosto de nenhuma ocupação ou programa de formação em que posso ser admitido.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

30. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque a ocupação em que estou interessado/a tem características que me aborrecem (por exemplo, estou interessado/a em medicina, mas não quero estudar durante tantos anos).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

31. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque as minhas preferências não podem ser combinadas numa única carreira, e não quero abdicar de nenhuma delas (por exemplo, gostaria de trabalhar como freelancer, mas também desejo ter um rendimento estável).

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

32. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque as minhas competências e capacidades não correspondem aquelas que são requeridas pela ocupação em que estou interessado/a.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

33. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque as pessoas que são importantes para mim (como os pais ou amigos) não concordam com as opções de carreira que estou a considerar e/ou as características da carreira que desejo.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

34. Considero que é difícil tomar uma decisão de carreira, porque existem contradições entre as recomendações de diferentes pessoas que considero importantes sobre as carreiras mais adequadas para mim ou sobre as características das carreiras que devem orientar as minhas decisões.

Não me descreve 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Descreve-me bem

Por último, como avaliaria o grau da sua dificuldade em tomar uma decisão de carreira?

Baixa 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Alta