



ASSOCIAÇÃO  
PORTUGUESA  
**DESENVOLVIMENTO  
DA CARREIRA**

APDC

ISBN: 978-989-97915-1-0

## NOTA EDITORIAL



Maio é um mês importante para a nossa Associação, pois a cada aniversário fazemos um balanço da nossa atividade e renovamos as energias e motivações que nos uniram há 8 anos atrás para que este projeto se tornasse uma realidade.

Neste último ano, muitas são as memórias de momentos que nos fazem acreditar no futuro deste projeto e numa missão de todos os dias fazermos mais e melhor ao serviço da promoção das políticas e práticas

de desenvolvimento da carreira. Este ano continuamos o caminho traçado no início do mandato contando com importantes conquistas.

Realço o contínuo investimento no reforço das nossas parcerias de colaboração com diferentes entidades, nacionais e internacionais, públicas e privadas, com objetivos comuns no âmbito da promoção do desenvolvimento de carreira das populações, bem como, o foco na candidatura a projetos nacionais e internacionais com o mesmo fim. Muito recentemente vimos aceite a nossa candidatura à Agência Nacional Erasmus + que nos permitirá desenvolver projetos e atividades de desenvolvimento de carreira numa perspetiva mais alargada e internacional. Foi também concedido um apoio da Fundação Portuguesa para a Ciência e Tecnologia, ao abrigo de uma candidatura submetida ao Fundo de Apoio à Comunidade Científica. Pretendemos com estes projetos financiados corresponder aos nossos objetivos e colmatar lacunas identificadas na literatura da Psicologia da Carreira e Desenvolvimento Vocacional como seja a promoção de estudos que apoiem o desenvolvimento de intervenções com populações específicas, a promoção de publicações em língua portuguesa, estabelecer e reforçar parcerias com entidades públicas e privadas e premiar boas práticas considerando a intervenção com diferentes populações, níveis e tipos de ensino. A formação nestas temáticas, a organização de eventos e desenvolvimento da linha editorial serão meios privilegiados no nosso plano de trabalho.

Nesta *Newsletter* realçamos alguns dos nossos produtos de investigação-ação, passando pela participação da APDC em eventos científicos e por uma breve descrição de estágios profissionais, bem como, vos damos a conhecer alguns acontecimentos e novidades importantes desta área de conhecimento, anunciando um doutoramento recentemente concluído, recomendando uma leitura e eventos científicos abrindo a janela da APDC ao mundo. Não podíamos deixar de enfatizar o apoio da APDC na organização do Seminário Internacional "Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento num Mundo Plural e Desafiador" que acreditamos ser um momento único de partilha e aprendizagem para todos que diariamente, ou mais esporadicamente, contribuem para o desenvolvimento de carreira das pessoas e populações, num mundo cada vez mais plural e desafiador. Incluímos ainda, duas inspiradoras entrevistas na rubrica "À conversa com...", abordando o prestigiado Prof. Erik Porfeli e a Doutora Sara Ferreira, duas pessoas com percursos bastante distintos, e de realidades culturais e geográficas distintas, mas ambos assinaláveis e com importantes mensagens e aprendizagens, nesta área de conhecimento, bem como, importantes leituras acerca do papel e missão da nossa APDC.

Terminamos com algumas notas aos associados e instruções para quem se quiser juntar à nossa associação, ou adquirir algumas das nossas edições, apoiando e participando na promoção de conhecimento no âmbito do Desenvolvimento de Carreira.

Desejamos a todos um excelente final de ano letivo, e que consigam desfrutar alguns dias de descanso ou lazer no verão que se aproxima e assim tenham carreiras felizes, equilibradas e com um sentido de coerência e continuidade. Que este mundo plural se torne diariamente desafiante e sobretudo aliciente para nele depositarem os vossos projetos de vida!

A APDC cá estará para vos apoiar e espalhar sementinhas de bem-estar pessoal e social que ajudem a construir um planeta com escolhas pautadas pela paz, justiça social e igualdade de oportunidades.

Boa leitura, e até breve!

*Ana Daniela Silva*  
*Presidente da Direção*

## Presença em Eventos Científicos 2017

No sentido de divulgar as suas ações e dar a conhecer os trabalhos de investigação desenvolvidos, apresentamos nesta secção uma síntese dos eventos científicos nacionais nos quais a APDC marcou presença.

### Jornadas Um Futuro com Ciência - Contributos da Psicologia Vocacional

Decorreram no dia 21 de abril, as Jornadas Um Futuro com Ciência – Contributos da Psicologia Vocacional, organizadas pela Escola de Ciências da Universidade do Minho com o apoio da APDC e sob consultoria da Associação de Psicologia da Universidade do Minho. Este evento contou com a participação de cientistas, psicólogos, académicos e estagiários que desenvolvem intervenções vocacionais com estudantes do ensino básico e secundário.

Esta iniciativa pretendeu clarificar conceções sociais quanto a cursos superiores e respetivas saídas profissionais na área das Ciências, que podem ser úteis a práticas vocacionais cientificamente sustentadas e com informação atualizada.

A APDC marcou presença nestas Jornadas, divulgando a sua missão, objetivos, ações e apresentando produtos da sua linha editorial, concretamente o Boletim informativo Vamos Experimentar Ciências: Recursos de Exploração de Carreira na Área das Ciências Naturais e Exatas.

A APDC recomenda aos seus associados a participação em futuras edições deste evento creditado pela DGAE.



## Presença em Eventos Científicos 2017

### 31<sup>st</sup> EFPSA Congress

No âmbito do estágio da Ana Mota, a APDC marcou também presença no 31<sup>st</sup> EFPSA Congress que decorreu entre os dias 23 e 30 de abril no Azerbaijão, onde foram apresentados os trabalhos: “Burnout among teachers: a portuguese-iranian comparison” e “Antecedents of teachers burnout: a case study”.

### 8º Congresso Internacional de Psicologia da Criança e do Adolescente: “Desafios da Sociedade Global: do Nascimento até ao 1º Emprego”

Entre os dias 26 e 27 de abril decorreu o 8º Congresso Internacional de Psicologia da Criança e do Adolescente: “Desafios da Sociedade Global: do Nascimento até ao 1º Emprego”, organizado pela Universidade Lusíada de Lisboa. A APDC esteve presente com a apresentação dos trabalhos em formato poster intitulados “Efeitos de uma Intervenção Psicológica Vocacional na Adaptabilidade de Carreira” e “Intervenção de Carreira com Jovens em Situação de Vulnerabilidade Académica” resultantes do trabalho desenvolvido nos estágios profissionais de Bruna Rodrigues e Sílvia Cordeiro, respetivamente.





## Estágios Profissionais APDC

Bruna Rodrigues, Sílvia Cordeiro e Ana Mota terminaram o seu estágio a 15 de janeiro, a 25 de fevereiro e a 2 de maio de 2017, respetivamente.

A APDC parabeniza e agradece a dedicação das três profissionais pelo trabalho desenvolvido.



A APDC deu as boas-vindas às novas estagiárias Carla Costa, Paula Barroso e Renata Rocha que durante um ano vão realizar o estágio profissional que lhes dará acesso à Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP).

De encontro ao investimento na investigação-ação realizado pela APDC, as novas estagiárias têm desenvolvido atividades nas seguintes instituições: Em Família, Associação de Desenvolvimento de Nogueira da Regedoura (ADNR), Agrupamento de Escolas Gaia Nascente (AEGN), Junta de Freguesia de Gualtar e Escola de Psicologia da Universidade do Minho.

O estágio da Carla incidirá, maioritariamente, na intervenção de carreira com população vulnerável, o da Paula com população adulta e o da Renata com alunos do 9º ano de escolaridade.



## Teses de Doutoramento 2017

Neste número da *Newsletter* APDC destacamos um novo trabalho de investigação desenvolvido no âmbito de Programa Doutoral em Psicologia, com especial enfoque nos domínios vocacional e da carreira.

A 31 de janeiro, Rute Marlene Fernandes da Silva David apresentou publicamente a sua tese de doutoramento intitulada "Aspirações Vocacionais na Infância: Um Estudo Longitudinal", sob orientação da Professora Doutora Maria Paula Barbas de Albuquerque Paixão e pelo Professor Doutor José Manuel Tomás da Silva, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.



**A APDC felicita a Rute David pelos contributos científicos da sua tese de doutoramento para o avanço da investigação na área da Psicologia da Carreira, e deseja-lhe o maior sucesso para as próximas etapas dos seus percursos de carreira.**

## Genograma da Carreira

No âmbito da sua missão de divulgação da Investigação no Desenvolvimento da Carreira, a APDC construiu e tem vindo a atualizar o Genograma da Carreira. Esta atividade visa organizar cronologicamente as teses de doutoramento com temas relacionados com a carreira, concluídas em território nacional, proporcionando uma visão muito interessante do desenvolvimento desta área científica em Portugal. O trabalho da Rute David será, assim, incluído nesse documento que está disponível para consulta e *download* no *website* da APDC: [www.apdc.eu](http://www.apdc.eu).

## Próximos Eventos Científicos 2017

A APDC destaca um conjunto de congressos, conferências e simpósios na área da Psicologia, com particular ênfase para a Psicologia Escolar e da Educação e Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira, agendados para este ano civil.

18th Congress of the European Association of Work and Organizational Psychology  
17-20 maio (Dublin, Ireland)

8th ICCDPP International Symposium  
18-21 junho (Seoul, Korea)

Singapore Conference on Applied Psychology  
29-30 junho (Singapore, Singapore)

III Congreso Nacional de Psicología  
3-7 julho (Oviedo, Espanha)

European Conference on Psychological Assessment 14  
5-8 julho (Lisboa, Portugal)

15th European Congress of Psychology  
11-14 julho (Amesterdão, Holanda)

Seminário Internacional: Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento num Mundo Plural e Desafiador  
13 julho (Braga, Portugal)

Congresso Nacional de Práticas Pedagógicas no Ensino Superior  
13-14 julho (Setúbal, Portugal)

III Congreso Nacional de Psicología  
23-27 julho (Merida, Mexico)

36th Interamerican Congress of Psychology  
5-8 julho (Lisboa, Portugal)

II Jornadas de Leitura, Escrita e Sucesso Escolar/III Jornadas Internacionais de Alfabetização  
4-5 setembro (Braga, Portugal)

Congresso Internacional Galego-Portugués de Psicopedagogia  
6-8 setembro (Braga, Portugal)

Sociedade Internacional de Estudos de Qualidade de Vida  
28-30 setembro (Innsbruck, Austria)

International Conference on Counseling and Support - Decent Work, Equity and Inclusion: Passwords for the Present and the Future  
5-7 outubro (University of Padova, Itália)

Evento Científico em destaque

Seminário Internacional: Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento num Mundo Plural e Desafiador  
13 julho (Braga, Portugal)

No dia 13 de julho realizar-se-á na Escola de Psicologia da Universidade do Minho, o Seminário Internacional "Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento num Mundo Plural e Desafiador".

Este evento contará com a presença de investigadores nacionais como Paulo Cardoso (ECS-EU), Joaquim Armando (FPCE-UC), Maria Paula Paixão (FPCE-UC) e Maria do Céu Taveira (UMinho) e também com o investigador internacional Erik Porfeli (NEOMED, USA).

O Seminário baseia-se numa perspetiva sistémica do comportamento e desenvolvimento de carreira, tendo por objetivo partilhar conhecimento científico e boas práticas nesta área de conhecimento, reconhecendo a sua pertinência para perceber e apoiar os indivíduos na sua contínua socialização para o trabalho e integração em contextos de trabalho pluriculturais.

As principais áreas temáticas em destaque no Seminário Internacional Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento serão:

- a) Formas, Contextos e Capacitação Profissional
- b) Populações Vulneráveis
- c) Instrumentos e Técnicas de Avaliação Psicológica
- d) Convergências Multidisciplinares

13 DE JULHO 2017

ESCOLA DE PSICOLOGIA, UNIVERSIDADE DO MINHO

SEMINÁRIO INTERNACIONAL

Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento num Mundo Plural e Desafiador

Programa

9h15 Sessão de Abertura

Escola de Psicologia, Anfiteatro Multimédia

Confirmada a presença do Dr. Pedro Cunha (Subdiretor Geral de Educação)

Prof. Doutor. Paulo Machado (Presidente da EPsi)

9h30 Painel de Debate

"Educação, Trabalho e Desenvolvimento Humano: O Papel dos Serviços de Carreira nos Tempos Atuais"

Dra. Hélia Moura (DGE-Liúboa),

Professor Doutor Joaquim Armando (FPCE-UC),

Doutora Maria Paula Paixão (FPCE-UC),

Doutor Paulo Cardoso (ECS-UE),

Moderador: Doutor Vítor Gamboa (FCHS-UALg)

10h45 Coffee-Break

11h30 Conferência Plenária

"Community Engagement and Career Development"

Doutor Erik Porfeli (NEOMED, USA)

Moderadora: Doutora Maria do Céu Taveira (EPsi-UM)

12h30 Almoço volante

13h30 Comunicações em poster

14h30 Sessões Paralelas de Comunicação Oral

16h30 Coffee-Break

17h15 Sessões Paralelas de Comunicação Oral

18h15 Sessão de Encerramento



Datas importantes

3/05/2017 – Novo Prazo para submissão de comunicações

31/05/2017 – Notificação de aceitação de comunicações

30/06/2017 – Prazo para submissão de textos completos

Submissões

A submissão de cada comunicação deve ser acompanhada de um resumo em Português e em Inglês (máximo de 200 palavras e até cinco palavras-chave). Deve indicar-se o título da comunicação, nomes e afiliações de todos os autores da comunicação, bem como assinalar o autor principal e a modalidade pretendida para a comunicação, oral ou poster. No caso de submissão de proposta de poster, deve indicar-se se pretende concorrer ao Prémio de Melhor Poster. Cada autor principal só poderá apresentar uma única comunicação. As comunicações podem ser apresentadas em português, espanhol ou inglês. O estilo de escrita e apresentação do resumo das comunicações deve seguir as normas da APA (6ª edição).

Inscrição

Profissionais: 55€

Sócios APDC: 40€

Estudantes, estagiários profissionais e profissionais desempregados\*: 25€

\*mediante apresentação de comprovativo

Contacto: [seminariocarreira@gmail.com](mailto:seminariocarreira@gmail.com)

A APDC marcará presença neste evento, divulgando as suas ações, apresentando produtos da sua linha editorial e desenvolvendo a atividade “Pulseira da Carreira”.

A APDC apoia a organização deste Seminário e aproveita esta rubrica para o convidar a participar no mesmo.



## APDC pelo país e pelo mundo...

É com enorme satisfação e orgulho, que a APDC anuncia a presença em eventos científicos agendados para o presente ano civil, quer através da apresentação de trabalhos científicos, quer através da representação formal da APDC num stand destinado para o efeito:

### Encontro Nacional de Jovens Investigadores em Educação 2-3 junho (Braga, Portugal)

O II ENJIE - Encontro Nacional de Jovens Investigadores em Educação, organizado pelos Centros de Investigação em Educação do país, terá lugar nos dias 2 e 3 junho, no Instituto de Educação da UMinho, sob organização local do Centro de Investigação em Educação (CIEE/IE/UMinho) e do Centro de Investigação em Estudos da Criança (CIEC/IE/UMinho).

A APDC marcará presença nesta iniciativa, divulgando as suas ações, apresentando produtos da sua linha editorial e desenvolvendo a atividade “Pulseira da Carreira”.



### Seminário Internacional: Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento num Mundo Plural e Desafiador 13 julho (Braga, Portugal)

O Seminário Internacional: Desenvolvimento de Carreira e Aconselhamento num Mundo Plural e Desafiador irá decorrer no dia 13 de julho de 2017, quinta-feira, na Escola de Psicologia da Universidade do Minho.

A inscrição terá um custo de:

Profissionais: 55€;

Sócios APDC: 40€;

Estudantes, estagiários profissionais e profissionais desempregados: 25€

Para aceder à ficha de inscrição consulte o link:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeh5twIhF9b3pR1m\\_5i52lDoAoVzxSKE5PpwtV-H4cBY4kZsg/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeh5twIhF9b3pR1m_5i52lDoAoVzxSKE5PpwtV-H4cBY4kZsg/viewform)

Contamos com a  
sua presença!



## Intervenções e Formações

Ao longo de 2016, a APDC desenhou algumas formações destinadas ao favorecimento da investigação e ao desenvolvimento de carreira. Estas são destinadas a diversos destinatários e são o alvo de atenção nesta secção.

### Transição para o Ensino Básico

No dia 17 de janeiro, decorreu uma sessão sobre a *Transição para o Ensino Básico*, organizada pela APDC, na Junta de Freguesia de Gualtar.

Esta sessão foi dinamizada pela Bruna Rodrigues, enquanto Estagiária da APDC, destinando-se aos encarregados de educação das crianças que frequentavam o Jardim de Infância de Gualtar.



### Intervenção de Carreira em Grupo

A partir de dia 3 de março, foram divulgadas intervenções de carreira em grupo para complementar e apoiar as instituições de ensino básico e secundário no desenvolvimento de carreira dos seus jovens.

Estas intervenções têm como objetivo apoiar a tomada de decisão escolar e profissional dos jovens a frequentar o 9º e 12º ano de escolaridade. Neste sentido, foram desenhadas com base no conhecimento científico e nas boas práticas da intervenção psicológica.

As intervenções de carreira surgem como uma resposta de apoio aos estabelecimentos de ensino e estão ainda abertas as inscrições para potenciais interessados.

**INTERVENÇÃO DE CARREIRA EM GRUPO**  
**Tomada de Decisão Escolar e Profissional**

**Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira**

A Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira (APDC; [www.apdc.eu](http://www.apdc.eu)) é uma associação científica dedicada à promoção do estudo, intervenção e políticas de Desenvolvimento da Carreira das populações. Os Corpos Dirigentes da APDC incluem professores universitários e investigadores, com Doutoramento e Mestrado concluídos em Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira.

### Formação Modelos de Equações Estruturais

Está previsto para 19 de junho o início a ação de formação sobre Modelos de Equações Estruturais, na Em Família, levada a cabo pela Doutora Íris Oliveira.

A formação tem como objetivo abordar as aplicações e os procedimentos analíticos deste tipo de análise estatística, que é cada vez mais exigida em contexto de investigação científica.



## Protocolos e Parcerias

A APDC tem vindo a desenvolver novos protocolos de colaboração com algumas entidades e parcerias em projetos, traçando assim o caminho em direção aos seus objetivos de desenvolvimento da ciência, políticas e práticas informadas no que diz respeito à Psicologia da Carreira e Desenvolvimento Vocacional. Nesta secção damos destaque a algumas destas parcerias e colaborações.

### Em Família

A Em Família é uma empresa jovem e dinâmica que está direcionada para a prestação de serviços no âmbito do apoio domiciliário e familiar. Esta empresa tem um contacto privilegiado com as pessoas daí existir uma troca de experiências e know-how importante para o desenvolvimento da carreira.



### Active Ideas Bulgaria

A Active Ideas é uma organização não-governamental de jovens que está direcionada para a educação ambiental, proteção animal, preservação do património nacional e cultural da Bulgária. Esta empresa tem um contacto privilegiado com os jovens e o seu o desenvolvimento da carreira, nomeadamente no que diz respeito à promoção da reflexividade ética na tomada de decisão de carreira.



### Fundacja EBU

A Fundacja EBU é uma organização sem fins lucrativos focada na educação intercultural e no desenvolvimento do trabalho juvenil na comunidade local de Minsk Mazowiecki. A sua experiência em projetos internacionais e mobilização de jovens para o trabalho com populações específicas estão na base de uma parceria que consideramos vir a ter ainda mais ganhos para a comunidade.



**Lançamento de Publicação**

A APDC-Edições lançou no dia 21 de abril o primeiro número da Coleção de boletins: Vamos Experimentar...

Esta iniciativa consiste na elaboração de boletins informativos que apresentam recursos de exploração vocacional em diferentes áreas de conhecimento e atuação profissional e podem ser usados no planeamento de ações educativas ou de lazer.

Este primeiro boletim informativo procura demonstrar como a exploração de carreira pode estar presente em diversas atividades relativas à área das Ciências Naturais e Exatas.

Este documento constitui um recurso que pode ser utilizado por psicólogos/as em intervenções de carreira, as quais podem envolver estudantes e múltiplos agentes educativos, tais como encarregados/as de educação, educadores/as de infância, professores/as e outros profissionais envolvidos nos percursos de carreira das crianças e dos jovens.

Visto que o feedback recebido na sessão de lançamento do boletim foi muito positivo, a APDC continuará a investir nestas ferramentas, no sentido de auxiliar os profissionais que diariamente investem no desenvolvimento de carreira das pessoas e das populações.





## À conversa com.... Professor Doutor Erik Porfeli



### Breve biografia

Erik Porfeli, doutorado em Desenvolvimento Humano e Estudos da Família pela Universidade da Pensilvânia EUA, é Professor Associado de Medicina Familiar e Comunitária e Vice-Reitor para o Envolvimento e a Admissão Comunitária na Universidade de Medicina do Nordeste de Ohio (NEOMED). Os seus interesses de investigação centram-se na interseção entre o desenvolvimento de carreira e o desenvolvimento académico ao longo da vida, com ênfase nas três primeiras décadas de vida. Soma mais de 50 publicações e inúmeras comunicações científicas nesta área do conhecimento.

**APDC:** Para iniciarmos esta entrevista, gostaríamos de perguntar quais são os seus interesses de investigação na área da carreira e a que se deve o seu interesse por essas temáticas?

**Erik Porfeli:** I am interested in lifespan career development. My research focuses upon youth and the interplay of career and academic development in their lives. My methods tend to focus on psychometrics and developing tools to assess adaptability, identity, and work valence. These constructs pertain to how people develop a sense of self in the worker role (identity), how they adapt to transitions and changes in the course of the career development (adaptability), and how fundamental emotional and cognitive dispositions toward work (work valence) influence engagement in career development tasks and outcomes.

**(Tradução)** O meu interesse incide no desenvolvimento de carreira ao longo da vida. A

minha investigação foca-se nos jovens e na interação entre o desenvolvimento de carreira e o desenvolvimento académico nas suas vidas. Os métodos de investigação a que tenho recorrido tendem a centrar-se na psicometria e na construção de ferramentas para avaliar a adaptabilidade, a identidade e a valência de trabalho. Estes constructos referem-se ao modo como as pessoas desenvolvem um sentido de si no papel de trabalhador (identidade), se adaptam a transições e mudanças no curso do seu desenvolvimento de carreira (adaptabilidade) e de que forma as suas disposições emocionais e cognitivas para o trabalho (valência de trabalho) influenciam o seu envolvimento e resultados em tarefas de desenvolvimento de carreira.

**APDC:** Pensa que as questões de carreira têm estado ligadas ao desenvolvimento humano e contribuído para o progresso do aconselhamento de carreira e práticas psicológicas ao longo do tempo?

**Erik Porfeli:** Yes. Work plays a dominant role in human activity, health, and development. We see a strong and increasing trend toward (a) models like “life design” (Savickas), (b) an increasing focus on workplace wellness and work-life balance, and (c) a growing array of virtual platforms (e.g., LinkedIn, ONET, Glassdoor) to empower people to advance their career development. The future has a directionality toward further blurring of the time, space, and psychosocial boundaries between school, work, family, and community roles. Practices and products continue to adapt toward this future. These trends will continue to prompt research and practice questions about the nature and impact of these changes on career development and, more broadly, human development.

**(Tradução)** Sim. O trabalho assume um papel dominante na atividade humana, na saúde e no desenvolvimento. Temos verificado uma forte e crescente tendência para valorizar (a) modelos como o "life design" (Savickas), (b) o bem-estar no local de trabalho e o equilíbrio entre vida profissional e familiar, e (c) uma variedade exponencial de plataformas virtuais (e.g., LinkedIn, ONET, Glassdoor) para capacitar as pessoas no sentido de avançar no seu desenvolvimento de carreira. O futuro direciona-se rumo uma maior distorção do tempo, espaço e fronteiras psicossociais entre a escola, o trabalho, a família e os papéis na comunidade. As práticas e os produtos continuam a adaptar-se a esse futuro. Estas tendências continuarão a suscitar questões de investigação e de prática profissional acerca da natureza e do impacto dessas mudanças

no desenvolvimento de carreira e, de modo mais amplo, no desenvolvimento humano.

**APDC: Tendo em conta as mudanças sociais, económicas, políticas e laborais globais, quais os principais desafios para a área da carreira e como pensa que tais mudanças afetam os papéis de vida dos indivíduos?**

**Erik Porfeli:** We see accelerating global changes away from physical effort and toward mental effort in the workplace. Within the mental domain, we are seeing changes away from the need to store, retrieve, and process basic information and toward the need to create, integrate, and inspire new information, ideas and products. The future will likely see even further changes toward a seamless partnership between human and artificial intelligence and between the mental, virtual and physical worlds. To illustrate, we are moving from people on assembly lines to people in control rooms programming, monitoring, and controlling robots and computer-controlled machines. The near future will see people rapidly leaving the control rooms and even the factory (see “lights-out manufacturing”) with innovations in automation and the rise of the “internet of things” and artificial intelligence.

These changes bring great opportunity to maximize the uniquely human strength that is the human brain. On the contrary, these changes eliminate the need for those strengths that generations of people, families and communities have honed to meet their needs through paid

work. The speed of these changes are outstripping the capacity of these people and groups to adapt. The result is an increasing divide between those with and without gainful employment, which has a negative cascading impact on their health, education, and economic vitality. Those people and groups with the increasingly valued mental capacities are enjoying virtuous cycles of success and development and those that do not are suffering from vicious cycles of distress. The dominant challenge moving forward will involve (a) understanding the roots of these disparities, (b) understanding how contemporary human development aligns or not with these workforce changes, and (c) developing programs and practices to engage a wider breadth of people and communities in the modern world of work to mitigate these disparities and maximize human potential.

**(Tradução)** Testemunhamos mudanças globais aceleradas que parecem afastar o esforço físico e aproximar o esforço mental do local de trabalho. No domínio mental, encontramos mudanças que partem da necessidade de armazenar, recuperar e processar informações básicas rumo à necessidade de criar, integrar e inspirar novas informações, ideias e produtos. O futuro irá provavelmente trazer ainda mais mudanças dirigidas a uma parceria contínua entre a inteligência humana e artificial, bem como entre os mundos mentais, virtuais e físicos. Para ilustrar, temos já movimentos de pessoas em linhas de montagem para pessoas que atualmente exercem as suas funções em salas de controlo e programam, monitorizam e verificam robôs ou

máquinas controladas por computadores. Num futuro próximo, rapidamente as pessoas sairão dessas salas de controlo e até mesmo dessas linhas de montagem em fábricas (ver “lights-out manufacturing”), devido a inovações na automação, na “Internet das coisas” e na inteligência artificial.

Essas mudanças podem oferecer uma grande oportunidade para maximizar a força humana central - o cérebro humano. No entanto, essas mudanças eliminam a procura de outros pontos fortes que gerações de pessoas, famílias e comunidades têm desenvolvido para suprir as suas necessidades, através do trabalho remunerado. A velocidade dessas mudanças está a ser superior à capacidade dessas pessoas e grupos se adaptarem. O resultado é uma divisão mais acentuada entre aqueles com e sem emprego, o que tem um impacto negativo arrasador na sua saúde, educação e vitalidade económica. Deste modo, as pessoas e os grupos com capacidades mentais cada vez mais valorizadas podem usufruir de ciclos virtuosos de sucesso e desenvolvimento, enquanto as pessoas e os grupos que apresentam dificuldades em acompanhar e se adaptar a estas rápidas mudanças, estão em risco de viver ciclos viciosos de sofrimento e angústia. O nosso premente desafio para o futuro passa por (a) compreender as origens destas disparidades sociais, (b) compreender a (des)articulação entre o desenvolvimento humano contemporâneo e estas mudanças no mundo de trabalho, e (c) desenvolver programas e práticas que favoreçam o envolvimento de uma maior amplitude de pessoas e comunidades no mundo de trabalho moderno,

com vista a reduzir estas disparidades e maximizar o potencial humano.

**APDC: Como pensa que uma entidade como a Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira poderia contribuir para o terreno e quais os objetivos/estratégias a que deveria dar prioridade?**

**Erik Porfeli:** This question prompted me (like most people) to search for the Association on Google (<https://www.google.com>). I also searched on the Portuguese Google (<https://www.google.pt>). I could not locate a website for the Association. Of course, being an English speaker I searched for “Portuguese Association for Career Development” and may have been more successful if I used the Portuguese language instead of English in the search. I share my failings as a suggestion to explore a multilingual web presence for the Association. The trends I discussed in my answers above affirm the importance of being present and engaged in the virtual world.

I believe the contribution of the Association rests in its unique and strong focus on the Portuguese context. Portugal is in the throes of significant change in the workforce reflective of global changes and this change is a ripe context for research and practice innovations in the space of school and work roles. I believe that this strength of the Association could be enhanced through partnerships with similarly positioned Associations in similar and different countries.

These partnerships could yield an alliance devoted to understanding within- and between-country research and practice innovations from the lenses of unique country contexts and across them.

**(Tradução)** Esta pergunta levou-me (tal como possivelmente leva mais pessoas) a procurar a Associação no Google (<https://www.google.com>). Também procurei no Google Português (<https://www.google.pt>). Contudo, não consegui localizar o site da Associação. É claro que, sendo um falante de Inglês, procurei por “Portuguese Association for Career Development” e poderia ter sido mais bem-sucedido caso utilizasse a língua Portuguesa em vez da Inglesa na pesquisa. Parto destas minhas dificuldades para deixar a sugestão de explorar uma presença Web multilingue da Associação. De acordo com as minhas respostas prévias, é de afirmar a importância de estar presente e envolvido no mundo virtual.

Penso que a contribuição da Associação assenta no seu foco único e forte no contexto Português. De facto, Portugal está em vias de uma mudança significativa no mundo de trabalho que reflete as mudanças a que assistimos a um nível mais global, sendo que tal oferece um terreno fértil para inovar na investigação e prática em contextos e papéis da escola e do trabalho. Acredito que esta potencialidade da Associação pode vir a ser reforçada através do estabelecimento de parcerias com outras Associações congéneres em múltiplos países. Essas parcerias poderiam servir de base a uma



aliança dedicada à compreensão de inovações na investigação e na prática, em cada país e entre os vários países, numa ótica de valorizar a singularidade contextual de cada país e entre países.

**APDC: Até ao momento, o que pensa da sua carreira e que metas e objetivos tem para o futuro?**

**Erik Porfeli:** Work in the field of career development is incredibly important because it impacts individuals, families, and communities in profound ways. I have enjoyed my career because it has afforded me the opportunity to study and act upon a core human role affecting daily lives, communities, and their trajectories. I have had the opportunity to study basic science questions at the core of the self and work and the opportunity to translate that work and the work of my colleagues into programs engaging youth in the richness of their future work life. The greatest joy in my current work involves developing programs and supporting youth, particularly those in disadvantaged communities, to discover and pursue rewarding careers in health care. My goals and efforts for the next several years will involve supporting my colleagues as a department chair to define and pursue rewarding careers. I will also focus on ways to unite colleagues within and across my discipline to understand and promote health and human development in a manner that includes work as a dominant life role.

**(Tradução)** Trabalhar na área do desenvolvimento da carreira é incrivelmente

importante, pois tem um impacto profundo nos indivíduos, nas suas famílias e comunidades. Estou satisfeito com a minha carreira até ao momento, uma vez que me tem proporcionado a oportunidade de investigar e atuar sob um papel humano central (papel de trabalhador) que afeta a vida diária, as comunidades e as suas trajetórias. Tive a oportunidade de estudar questões científicas básicas sobre a essência do *self* e do trabalho e tive ainda a oportunidade de traduzir esse trabalho e o trabalho dos meus colegas em programas que promovem o envolvimento dos jovens na riqueza da construção da sua vida profissional futura. A maior alegria que experiencio atualmente no meu trabalho envolve o desenvolvimento de programas e o apoio a jovens, particularmente jovens provenientes de comunidades mais desfavorecidas, no sentido de lhes proporcionar oportunidades de descoberta e de preparação e prossecução de carreiras na área da saúde. Os meus objetivos e esforços para os próximos anos envolverão apoiar os meus colegas, enquanto responsável pelo departamento, para que possam definir e prosseguir carreiras gratificantes. Vou também focar-me em estratégias para unir colegas desta e de outras disciplinas para melhor compreender e promover a saúde e o desenvolvimento humano, reconhecendo o trabalho como um papel dominante de vida.

## À conversa com.... Doutora Sara Ferreira



### Breve biografia

Sara Ferreira, doutorada em Psicologia Vocacional pela Escola de Psicologia da Universidade do Minho. Atualmente é Coordenadora Técnica e Psicóloga na Associação de Desenvolvimento de Nogueira da Regedoura. É membro fundador da Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira. Os seus principais interesses de investigação são: carreira, diversidade, relação família-trabalho.

**APDC:** Para iniciarmos esta entrevista, considerando o investimento que tem dedicado à Psicologia da Educação, como considera a sua evolução na psicologia? E mais concretamente, como é que contextualiza a Psicologia Vocacional e o desenvolvimento de carreira com a sua área de trabalho e com a psicologia no geral?

**Sara Ferreira:** O trabalho que desenvolvo, como psicóloga, na Associação de Desenvolvimento de Nogueira da Regedoura (ADNR), uma Instituição Particular de Solidariedade Social, consiste, em grande parte, em prestar apoio psicológico gratuito a pessoas e famílias em risco de exclusão social. Trata-se, essencialmente, de tornar acessível a estas pessoas, um serviço que é urgente e necessário, e que pode significar melhorias e mudanças nas condições de cada uma. Assim, as várias situações que nos surgem são complexas. Para as compreender e atuar sobre elas, não podemos ter uma visão fragmentada da intervenção psicológica. No mesmo caso, são-nos exigidos conhecimentos e competências clínicas, escolares ou mais relacionadas com a carreira, entre outros e trabalhamos em rede com outros serviços, ligados a outras áreas (ex.: educação,

serviço social, saúde, justiça). Orientamo-nos, portanto, por uma visão holística, muito focada no papel que o contexto e as circunstâncias desempenham na vida de cada um. Não tive qualquer dificuldade em ajustar-me a este modelo, na medida em que, quer no âmbito da minha formação básica, quer depois ao nível do curso de doutoramento, ambos na Escola de Psicologia da Universidade do Minho e apesar das necessárias escolhas e afunilamentos, sempre foi esta a visão integrada que fui assimilando e que considero natural.

**APDC:** A sua tese de doutoramento intitula-se “Um olhar crítico sobre a Psicologia Vocacional: género, classe social e relação família-trabalho em adolescentes e jovens adultos e adultas”. Passados quase seis anos que olhar crítico coloca sobre estas mesmas questões? Que trabalho acha que ainda há a fazer a este respeito?

**Sara Ferreira:** O trabalho que desenvolvi no âmbito da minha tese de doutoramento foi claramente exploratório. Um dos principais objetivos foi trazer para o centro da discussão, na Psicologia Vocacional, o papel do contexto no

desenvolvimento da carreira, quer pelas questões de gênero e classe social, quer pela relação entre os papéis da família e do trabalho. Foi este foco na força das circunstâncias, intimamente relacionada com as questões da igualdade e não discriminação, que uniu os três temas referidos e esta é a “minha” luta mais querida. Conheço e trabalho com muitas pessoas e instituições unidas neste propósito e penso que se têm feito muitos progressos e que, há simultaneamente, muito trabalho a fazer.

**APDC: De que forma tem dado continuidade a este trabalho na sua prática profissional enquanto psicóloga e diretora da Associação Desenvolvimento Nogueira da Regedoura?**

**Sara Ferreira:** O Gabinete de Apoio Psicológico da ADNR funciona desde 2013 e, desde então, foram atendidos 167 casos e realizadas 1310 consultas gratuitas. Este gabinete não resulta de qualquer protocolo realizado com o Instituto da Segurança Social, ou seja, a ADNR não recebe qualquer apoio financeiro para o desenvolvimento desta iniciativa. Eleger o apoio psicológico a pessoas e famílias em risco de exclusão social como ação prioritária, fazê-lo com rigor e fazê-lo por conta e risco é o resultado das fortes convicções com que terminei o meu trabalho de doutoramento. A primeira é a de que as nossas circunstâncias definem uma grande parte daquilo que somos. A segunda é que essa definição, de uma forma muito simplista, parece distinguir essencialmente dois grupos: os mais e menos privilegiados. A terceira é que os mais privilegiados, nos quais me incluo, têm, a meu ver, obrigação de, pelo menos tentar, ajudar os menos privilegiados.

**APDC: Passando agora para a sua atividade e projetos mais recentes, pode falar-nos sobre o projeto Maria e o Mundo? Como nasceu? Quais os seus objetivos? E em que medida considera que este pode ser uma forma de trabalhar as questões de igualdade de oportunidades em termos de desenvolvimento de carreira?**

**Sara Ferreira:** A ideia do projeto “Maria e o Mundo: crescer mais iguais” surgiu-me aquando da defesa da minha tese de doutoramento, em 2011. Pediram-me, na altura, para dar o exemplo de uma ferramenta de trabalho que decorresse das principais conclusões enunciadas na tese e pensei e respondi que poderia ser um livro de histórias infantis que ajudasse os mais pequenos a compreender e respeitar as diferenças dos outros. Passado algumas semanas comecei a escrever as histórias. Escolhi usar, sobretudo, a modelagem, criando uma personagem, a Maria, que vai conhecendo meninos e meninas diferentes e a sua família, os pais e os avós, vão ajudá-la a integrar estas experiências. Criei quatro histórias diferentes, abordando, cada uma delas, a diversidade cultural, de gênero, de orientação sexual e, por fim, a diversidade funcional. Senti-me relativamente satisfeita com o resultado e fiz algumas tentativas pelo mundo editorial, mas não consegui nenhum apoio. Durante algum tempo esqueci o assunto. Mais tarde, já a trabalhar na ADNR e com mais conhecimentos, competências, segurança e relações no domínio da intervenção social, resolvi criar um projeto, cujo objetivo seria sensibilizar a comunidade local para a temática da igualdade e que incluísse o livro “Maria e o Mundo” como ferramenta de trabalho. Concebemos, então, o projeto “Maria e o Mundo: crescer mais iguais”

que, para além do trabalho preventivo realizado junto das crianças (e suas famílias) que frequentam o primeiro ciclo nas duas escolas básicas existentes em Nogueira da Regedoura (cerca de 150), com recurso ao livro, incluiu também ações de carácter remediativo, como a criação do Gabinete de Apoio às Vítimas de Crimes de ódio, a funcionar na ADNR. A implementação deste projeto foi financiada pelo Movimento Mais Para Todos, uma iniciativa da empresa LIDL, teve a duração de 12 meses e terminou no passado mês de Fevereiro.

**APDC: Qual a avaliação que fazem desta iniciativa até ao momento?**

**Sara Ferreira:** Findos os 12 meses de implementação do projeto, penso que, acima de tudo, se abriram portas, ao nível local, para todo um trabalho de continuidade. Temos as ideias e estamos a procurar o apoio para as concretizar. Na verdade, na área da intervenção social temos de fazer muito, com pouco. É uma procura constante de recursos e de formas de os otimizar. Vamos fazer o que se consegue...

**APDC: Em termos mais pessoais o que a motivou a escrever a obra "Maria e o Mundo"?**

**Sara Ferreira:** Na altura em que escrevi o livro “Maria e o Mundo”, estava muito focada no desenvolvimento da minha carreira e fi-lo essencialmente nessa lógica. Mais tarde, ao conceber o projeto “Maria e o Mundo: crescer mais iguais”, já mãe de um menino pequenino, não posso deixar de reconhecer que, em grande parte, o quis fazer para ele, para que possa crescer num mundo mais igual...

**APDC: A Sara também sempre apoiou e esteve ativamente envolvida quer na fundação quer no cumprimento da missão da Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira. Do seu ponto de vista qual o principal papel desta Associação científica no atual panorama nacional e internacional.**

**Sara Ferreira:** A meu ver, a APDC, desempenha, por um lado, um papel agregador, dando a conhecer o que melhor se faz em Psicologia Vocacional, a nível nacional e internacional e é, por outro lado, um exemplo claro de boas práticas neste domínio.

**APDC: Que balanço faz da atividade da APDC e o que a motiva a manter-se ligada a este projeto?**

**Sara Ferreira:** Tendo estado ligada à fundação da APDC e continuando a acompanhar o seu trabalho, embora, agora, de uma forma muito mais distante, sei bem o quão difícil é levar a cabo a sua missão. Os recursos nem sempre são os necessários e desejáveis, mas sei que a APDC está entregue a mãos muito capazes e dedicadas e é isso que permite que a sua atividade se mantenha e seja de elevada qualidade.

**APDC: A nível mais pessoal, qual é o balanço que faz da sua carreira até ao momento? Quais as suas metas e objetivos para um futuro mais próximo?**

**Sara Ferreira:** O balanço, por agora, é positivo. O percurso foi-se delineando, muitas vezes com vida própria e, sempre que houve oportunidade para isso, tomei decisões. Tentei tomá-las sendo fiel a mim mesma, sabendo o

que é importante para mim. Não prevejo, nem desejo grandes mudanças num futuro próximo. De momento, sinto um elevado grau de satisfação, sinto que os meus objetivos profissionais e pessoais estão alinhados entre si e são congruentes com os valores em que acredito e defendo e isso deixa-me feliz.

**APDC: Para terminar, considerando os desafios da relação família-trabalho que conhece bem do ponto de vista científico, e talvez pessoal, considerando o seu percurso tão rico nesta área de conhecimento, sendo um exemplo de conjugação de investigação e prática psicológica e educativa com produtos de elevada qualidade e reconhecimento social e científico, que lema de vida a motiva todos os dias? E com base nisso, que mensagem**

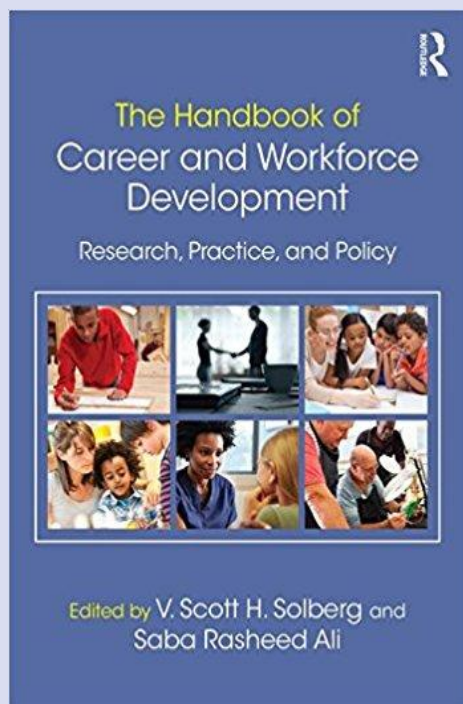
**gostaria de deixar aos jovens que estão a dar os primeiros passos na construção e carreira nesta área de conhecimento?**

**Sara Ferreira:** Lemas de vida e mensagens aos mais novos são questões com as quais ainda não sei lidar. Sou nova de mais para isso. A minha experiência pessoal, que vale o que vale, diz-me que no processo de construção de uma carreira, em qualquer área, é importante conhecermo-nos bem, aos nossos objetivos, os recursos de que dispomos, as limitações que antecipamos, aquilo que valorizamos e as cedências que estamos ou não dispostos a fazer. É, a meu ver, esta profunda reflexão em termos de autoconhecimento que deve orientar qualquer tomada de decisão. É esta dimensão que, de alguma forma, conseguimos controlar. O resto, são as circunstâncias...





## Sugestão de Leitura



Foi lançado em março de 2017 o livro intitulado “*The Handbook of Career and Workforce Development: Research, Practice and Policy*” cuja autoria é de V. Scott H. Solberg, docente de Psicologia de Aconselhamento e Desenvolvimento Humano Aplicado, na Universidade de Boston, & Saba Rasheed Ali, professora de psicologia do Aconselhamento na Faculdade de Educação da Universidade de Iowa. Esta obra literária foca-se na promoção de designs de programas e serviços de desenvolvimento de carreira que surgem das pesquisas atuais nesta área de estudo. Apresenta também práticas promissoras de desenvolvimento de carreira orientadas para uma grande diversidade de contextos e populações específicas.

Este livro encontra-se dividido em três secções, destacando-se como uma ferramenta que permite identificar os principais componentes de desenvolvimento de carreira que devem ser considerados na elaboração destes programas.

A APDC recomenda a sua leitura como um importante recurso a considerar no desenvolvimento de intervenções de carreira com populações específicas.

## Inscrição de novos sócios APDC

Se pretender tornar-se sócio da APDC deverá:

1. Preencher a **Ficha de Pré-Inscrição**, disponível para *download* no website [www.apdc.eu](http://www.apdc.eu);
2. Anexar a esta ficha o seu **Curriculum Vitae** resumido e atualizado e uma **Declaração de Intenções**;
3. Enviar estes documentos ao cuidado da Direção da APDC através do e-mail: [inscricoes@apdc.eu](mailto:inscricoes@apdc.eu) ou da morada postal: **Edifício da Escola de Psicologia, Universidade do Minho (Campus de Gualtar), 4710-057 Braga – Portugal.**

O seu processo inscrição será, posteriormente, analisado pela Direção e, num prazo de 5 dias úteis, receberá uma resposta indicando os procedimentos necessários para efetivar a inscrição.

Para mais informações, consulte o menu “Inscrições” em [www.apdc.eu](http://www.apdc.eu).

### Edições APDC

As obras da linha editorial APDC podem ser adquiridas mediante solicitação, através do e-mail [edicoes@apdc.eu](mailto:edicoes@apdc.eu). As publicações atualmente disponíveis são:

- (a) *Learning, Achievement and Career Development*
- (b) Carreira, Criatividade e Empreendedorismo
- (c) Estudos de Psicologia Vocacional
- (d) Desenvolvimento Vocacional: Avaliação e Intervenção
- (e) Integração e Bem-Estar em Contextos de Trabalho
- (f) Vamos Experimentar Ciências: Recursos de Exploração Vocacional nas Ciências Naturais e Exatas

Consulte os índices das obras supracitadas, bem como os respetivos preços, no menu “Atividades” – “Edições APDC”, em [www.apdc.eu](http://www.apdc.eu).

### EQUIPA NEWSLETTER

A APDC agradece a todos os que contribuíram para a realização desta newsletter, dando especial destaque ao Professor Doutor Erik Porfeli e à Doutora Sara Ferreira. Convidamos todos os que desejam colaborar neste projeto a juntarem-se a nós, enviando comentários, sugestões, e informações pertinentes: [geral@apdc.eu](mailto:geral@apdc.eu)

A edição da newsletter de Maio da APDC contou com a colaboração de:



Ana Daniela Silva  
Presidente Direção  
APDC



Carla Costa  
Estagiária Profissional  
APDC



Paula Barroso  
Estagiária Profissional  
APDC



Renata Rocha  
Estagiária Profissional  
APDC



Acompanhe todas as novidades através do *facebook*  
Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira

