



Guia de Reflexão para Escolha de Curso

As incertezas sobre o futuro profissional e a insatisfação com a escolha do curso e/ou universidade estão entre as maiores demandas anuais da Seção de Psicologia (SEPSICO) desde sua criação. Afinal, esta não é uma simples escolha. É uma escolha que determina futuros profissionais e o tão desejado sentimento de “gostar do que se faz”.

Porém, são múltiplos os fatores que influenciam esta decisão e que podem afastar o estudante da escolha mais consciente possível, por exemplo: desejos e expectativas familiares, status profissional, expectativa de remuneração, vagas no mercado de trabalho, conteúdos prévios para o acompanhamento das disciplinas, ausência do curso desejado na universidade ou na cidade, alta concorrência no processo seletivo, infraestrutura do curso, qualidade do corpo docente, limites financeiros e cobranças de taxas, etc.

Diante de tantos fatores, não é incomum que após um tempo no curso, você estudante, se questione se fez a escolha certa. As pessoas mudam com o tempo e é saudável avaliar se escolhas do passado ainda fazem sentido no presente e na expectativa do futuro. Pensando neste processo de uma possível nova escolha, que envolve a necessidade de informações precisas sobre o novo curso e também maior consciência sobre si mesmo, disponibilizamos a você um guia reflexivo sobre alguns pontos importantes a serem considerados.

O ideal é que você crie uma ficha com todas essas informações e que assim possa refletir sobre cada curso desejado. Isso exigirá um tempo de pesquisa e reflexão, mas não se esqueça: este trabalho é necessário para uma escolha consciente. Todavia, ressaltamos novamente que esta escolha não é fácil, então, caso ainda sinta necessidade, você pode agendar com um dos profissionais da SEPSICO para fazer um processo de orientação profissional completo. Para agendar o atendimento, basta escrever para o e-mail: psicologia.prae@unila.edu.br. Para maiores informações sobre a SEPSICO você pode acessar: portal.unila.edu.br/prae/auxilios/psicologia

Ficha de orientação profissional

- 1) Profissão desejada:
- 2) Formação exigida: (Licenciatura em..., Bacharelado em..., Pós-Graduação em..., Técnico em ...etc)
- 3) Como é o curso? (número de semestres, tipo de disciplinas – se envolve disciplinas de Exatas, Humanas ou Biológicas e etc; se são mais teóricas, práticas ou teórico-práticas. Se tratando dos cursos da UNILA, você pode consultar a matriz curricular de cada curso no endereço: <https://portal.unila.edu.br/graduacao>
- 4) Quais disciplinas lhe parecem mais interessantes? Por quê?
- 5) Quais disciplinas lhe parecem menos interessantes? Por quê?
- 6) Você acha que teria dificuldade em alguma disciplina? Por quê?
- 7) Qual o nível de exigência do curso em termos de dedicação e estudo?
- 8) Quais atividades podem desenvolver o profissional que atua nesta área? Onde ele pode atuar?
- 9) Quais atividades lhe parecem mais interessantes? Por quê?
- 10) Quais atividades lhe parecem menos interessantes? Por quê?
- 11) Quais atividades são mais demandadas pelo mercado de trabalho?
- 12) Você acha que tem habilidades prévias para alguma dessas atividades? Quais e por quê?
- 13) Você acha que seria difícil para você realizar alguma (s) dessa(s) atividade(s)? Quais e por quê?
- 14) Você vê algum tipo de barreira (oposição familiar, falta de dinheiro, grande concorrência no processo seletivo, dificuldade de acesso geográfico a universidade, cursos adicionais, etc) que poderia dificultar sua eventual opção por essa profissão? Como você poderia supera-lá?
- 15) Você pretende tentar processo de reopção na UNILA ou transferência para outra universidade?
- 16) Caso a resposta anterior seja sim, você já consultou os editais anteriores para saber quais são os prazos e pré-requisitos para reopção ou transferência?

17) Você já consultou o calendário acadêmico da UNILA ou da outra universidade para saber quando sai o edital de reopção ou transferência?

18) Já entrou em contato com o/a coordenador/a do novo curso ou com o departamento responsável pela reopção ou transferência para saber se haverá vagas para reopção ou transferência, e se os critérios continuarão os mesmos do edital anterior?

19) Entrou em contato com algum(ns) estudante(s) que já realiza(m) o novo curso desejado, para ter maiores detalhes sobre a carreira e/ou funcionamento do curso? Importante considerar que esta será uma visão particular, que pode não contemplar todos os aspectos do novo curso.

20) Se for optar pelo processo de reopção da UNILA, antes dessa decisão, você pode tentar se matricular em disciplinas do curso desejado para ter sua própria percepção sobre o funcionamento do curso e o conteúdo das disciplinas. Importante que você também faça uma lista das disciplinas que poderá revalidar no novo curso. Portanto, nunca deixe de se matricular nas disciplinas do ciclo comum.

21) Faça também uma lista das disciplinas que poderão ser revalidadas caso esta seja sua segunda graduação.

22) Você recebe auxílios financeiros da assistência estudantil da PRAE e vai tentar a reopção? Caso sim, fique atento as portarias da PRAE. A atual diz que nas situações em que o discente vier a fazer reopção de curso, será considerado para fins de contagem do tempo de recebimento dos auxílios, a partir do primeiro ingresso nos auxílios do programa de assistência estudantil da UNILA. Disponível em: <https://portal.unila.edu.br/prae/portarias>. Então, sugerimos que você calcule as disciplinas a serem revalidadas e o tempo restante para a conclusão do novo curso para que não tenha a surpresa de seus auxílios serem interrompidos antes do final do curso.

23) Você planeja exercer esta profissão em outro país que não o Brasil? Se for o seu caso, você deverá buscar informações sobre como é o processo de revalidação de diploma e registro profissional neste país. Também é preciso se informar sobre as taxas e documentos necessários, o tempo médio para revalidação, se precisa registro em conselho de classe, se há necessidade de prova e tradução dos documentos, se a Unila tem alguma universidade parceira neste país, etc.

24) Complete a frase: o que mais me atrai nesta nova profissão é a possibilidade de.....

25) Existem outras profissões que também lhe permitem realizar aquilo que você respondeu na questão anterior? Quais? (aqui você precisa pensar com cuidado, pesquisar e buscar informações)

26) De que maneira essas profissões são semelhantes àquela que está sendo considerada nesta ficha? (por exemplo, habilidades requeridas, tarefas desenvolvidas, local de trabalho, remuneração, dedicação necessária, etc).

-
- 27) De que maneira essas profissões são diferentes da que está sendo considerada nesta ficha?
- 28) Quais aspectos da profissão considerada nesta ficha você considera vantajosos em relação às profissões apontadas na questão 25?
- 29) Enumere em ordem de importância os aspectos que você considera vantajosos da profissão em questão. Você consegue se imaginar trabalhando nessa profissão e contemplando todos os aspectos que considera importante? Procure descrever com detalhes.
- 30) Agora pense com cuidado tudo que você precisa fazer para se tornar o profissional que imagina. Considere o curso requerido, possíveis aperfeiçoamentos ou especializações, como se dará a entrada no mercado de trabalho (talvez seja necessário buscar novas informações sobre isso). Antecipe quais tipos de dificuldades podem aparecer no caminho. Considere ainda que nem todas as coisas que queremos acontecem de uma vez.
- 31) Quais tipos de gratificações você obteria inicialmente na sua profissão? Quais coisas viriam com o tempo? Quanto esforço seria necessário?
- 32) Faça uma ficha para cada profissão que lhe pareça interessante. Se algum ponto não está muito claro para você, provavelmente você precisará de mais informação e reflexão. Em cada profissão considerada pergunte-se: eu realmente gostaria de passar boa parte da minha vida trabalhando com isso? O estilo de vida que posso construir com essa profissão me agrada? Comparando suas alternativas com bastante cuidado você se sentirá mais segura/o para realizar sua escolha.

