

# **Anexos**

## Anexo I



**Universidade de Évora**  
**Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde**  
**Dissertação de Mestrado**

**Ponta Delgada, 3 de Janeiro de 2011**

Venho por este meio pedir a colaboração da vossa Instituição para a realização da Dissertação de Mestrado na área de Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde, ministrada pela Universidade de Évora, sob orientação do Professor Doutor Paulo Cardoso, intitulada “Estudo do processo de aconselhamento de carreira em população toxicodependente”.

A investigação que se propõe é, a partir de uma abordagem narrativa do aconselhamento de carreira, mais especificamente da Teoria da Construção de Carreira de Savickas, testar a aplicabilidade da Career Style Interview (CSI) (Savickas, 1998) e o seu impacto no planeamento e construção de vida numa população toxicodependente.

Este objectivo geral desdobra-se em dois objectivos específicos: 1) Analisar a eficácia do Career-Style Interview na população toxicodependente; 2) Analisar as dimensões críticas do processo de aconselhamento de carreira com toxicodependentes.

O estudo que se propõe será realizado em duas fases distintas. Numa primeira fase, realizar-se-á um estudo piloto à aplicação do CSI em que serão seleccionados dois sujeitos toxicodependentes que necessitem de orientação ao nível do projecto de vida. A segunda parte consiste num processo de aconselhamento, onde serão seleccionados 5 indivíduos para efeitos de estudo de caso. Através de 4 sessões realizar-se-á um processo de aconselhamento. As sessões serão filmadas caso haja consentimento dos sujeitos. Os sujeitos observarão, posteriormente, o processo de aconselhamento a que foram alvos e a partir da sua observação reflectirão sobre o que beneficiou ou não na sua orientação.

O Career Style Interview (Savickas, 1998) consiste numa entrevista semi-estruturada, em que são colocadas um conjunto de questões evocadoras de opiniões e experiências relevantes para as escolhas da carreira (Savickas, 1995). Abordam-se nove tópicos: 1) modelos de papel; 2) livros; 3) revistas; 4) programa de televisão; 5) actividades de tempos livres; 6) conteúdos académicos; 7) mote de vida; 8) ambições; 9) decisões. A partir das respostas é possível, num processo de auto-exploração, ajudar o indivíduo a construir uma narrativa que expressa o problema central da sua vida, sintetizando as suas necessidades e a resolução das mesmas, através da formulação de objectivos e dos meios para os atingir.

Para concretizar o 1º objectivo avaliam-se as dimensões da Identidade Vocacional e as Preocupações de Carreira destas pessoas antes da intervenção e depois da intervenção, a fim de medir o grau de mudança, através dos seguintes instrumentos

A Minha Situação Vocacional – trata-se de uma pequena medida que avalia problemas de desenvolvimento de carreira em três áreas: 1) identidade vocacional; 2) informação para a carreira e 3) barreiras da carreira (Holland, Daiger, & Power, 1980). A identidade vocacional (IV) refere-se a “possuir uma visão clara e estável dos seus objectivos, interesses, características da personalidade e capacidades” (p.1). Esta

escala é constituída por 18 itens respondidos em termos de verdadeiro ou falso. Um resultado de 18 significa um forte sentido de identidade vocacional. As escalas de Informação e de Barreiras são constituídas por 4 itens cada, de resposta sim-não. Os itens da escala de informação avaliam necessidades de informação profissional que o participante necessita, enquanto que a escala de barreiras avalia as barreiras esperadas ao seu desenvolvimento de carreira.

Inventário das Preocupações de Carreira (IPC) criado por Super, Thompson e Lindeman (1986), traduzido e adaptado para Portugal por Maria Eduarda Duarte (1993). O IPC é um instrumento que avalia as preocupações dos participantes relativamente à sua carreira (Super et al, 1986), que é composto por 61 itens, correspondendo em grupos de 15 às fases da carreira, ou seja, os itens de 1 a 15 referem-se à fase de Exploração; os itens de 16 a 30 dizem respeito à fase de Estabelecimento; os itens de 31 a 45 correspondem à fase de Manutenção; os itens de 46 a 60 estão relacionados com a fase de Declínio; finalmente, ao item 61 não é atribuída cotação, sendo o seu objectivo obter resposta face à situação actual dos participantes no que concerne a sua carreira. Os participantes deverão assinalar a sua resposta tomando em consideração uma escala de tipo Likert com 5 categorias de resposta, sendo que o 1 diz respeito a “Não me preocupa” e o 5 corresponde a “Preocupa muito” (Duarte, 2000; Taveira & Pinto, 2008).

Solicita-se, assim, a colaboração dos técnicos na selecção dos utentes que necessitem de orientação ao nível do seu projecto de vida, bem como o pedido de um espaço para a realização do estudo.

Atenciosamente,

Catarina Freitas Raposo

Autorizo a realização do estudo

---

## ANEXO II



**Universidade de Évora**  
**Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde**  
**Dissertação de Mestrado**

**Ponta Delgada, 3 de Janeiro de 2011**

No âmbito da minha Dissertação de Mestrado estou a efectuar um estudo sobre o processo de aconselhamento ao nível da construção projectos de vida numa população com problemas de toxicodependência.

O estudo consiste num processo de quatro sessões de aconselhamento ao nível da carreira e da orientação vocacional, tendo em vista perceber o contributo de um instrumento (Carrer Style Interview) nesse processo de ajuda.

Na primeira sessão serão abordados vários aspectos da sua história de vida, bem como serão exploradas as suas preocupações ao nível dos seus projectos de vida ou ao nível da orientação vocacional.

A segunda sessão consiste na aplicação de uma entrevista com vista a explorar os seus problemas de vida, a partir de um conjunto de perguntas específicas.

Na terceira sessão ser-lhe-á dado um feedback em relação aos dados recolhidos, mais especificamente ajudar-lhe a orientar-se em relação ao futuro.

Numa quarta sessão, será visualizado o processo de aconselhamento que foi efectuado e pedido para a partir da visualização reflectir sobre o que lhe ajudou ou não neste processo.

Toda a informação recolhida será apenas utilizada no contexto desta investigação, garantindo sempre a confidencialidade dos dados e sua identidade, sendo para isso alterados dados que o possam identificar. Serão somente utilizados os dados que concorde e os que são pertinentes para a investigação.

Eu \_\_\_\_\_ como forma de mostrar o meu interesse e disponibilidade na participação deste estudo, tendo conhecimento do seu objectivo, indico nas alinhas abaixo o meu consentimento em colaborar neste estudo, marcando uma cruz nos parâmetros abaixo indicados com os quais eu concordo:

- 1- Eu aceito em colaborar neste estudo\_\_
- 2- Eu permito que as sessões sejam filmadas revelando a minha identidade\_\_
- 3- Eu permito que as sessões sejam filmadas, mas desde que minha identidade não seja identificada, ou seja de costas\_\_
- 4- Eu permito que as sessões sejam gravadas em áudio\_\_
- 5- Eu permito que os dados que forneci sejam utilizados na investigação, desde que a minha identidade e quaisquer informações que me possam identificar não sejam reveladas\_\_

Atenciosamente,  
Catarina Freitas Raposo

### Anexo III

## QUESTIONÁRIO DE DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS E SITUAÇÃO DE CARREIRA

Estes dados são confidenciais e destinam-se exclusivamente para fins de investigação:

---

### I Dados sóciodemográficos

**Sexo:**

**Idade:**

**Estado Civil:**

**Habilitações literárias:**

Primária\_\_\_\_

Ciclo\_\_\_\_

Secundário\_\_\_\_

Curso profissional\_\_\_\_

Curso Superior\_\_\_\_

### II. Historial de consumos:

1. Início dos consumos e sua evolução:

2. Tipo de toxicodependência:

3. Nº de anos de consumo:

4. Tratamentos:

5. Em tratamento na Associação onde se efectuou o estudo (meses)

### III. Situação de carreira

6. Empregado\_\_ Que função ocupa?\_\_\_\_\_

7. Nível de satisfação

Nada satisfeito	Pouco satisfeito	Satisfeito	Muito satisfeito	Totalmente satisfeito

---

8. O que o leva a sentir-se desse modo?

9. Gostava de mudar de área laboral? Sim\_\_ Não\_\_

9.1 Motivos?

10. Situação profissional:

Desempregado\_\_

Beneficia de algum tipo de programa Ocupacional ou outro? Sim \_\_ Não\_\_

Se sim, qual?

PROSA\_\_

Ocupação terapêutica\_\_

Voluntariado \_\_

Estuda\_\_ em que área? \_\_\_\_\_

Outro \_\_\_\_\_

11. Já pensou sobre o que vai fazer a seguir?

12. Como perspectiva a sua vida daqui a dois anos (especifique três objectivos concretos)?

13. Que tipo de ajuda gostava de beneficiar ao nível da construção do seu projecto de vida profissional?

---

## Anexo IV

### A MINHA SITUAÇÃO VOCACIONAL

Participante \_\_\_\_\_

Liste todas as profissões que merecem a sua consideração neste momento

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Tente responder a cada uma das afirmações como VERDADEIRO ou FALSO. Assinale a resposta que melhor representa a sua opinião neste momento.

#### Ao pensar acerca do meu emprego ou no planeamento de uma profissão ou carreira:

1. Necessito que me assegurem de que fiz a escolha certa da profissão..... V F
2. Preocupa-me que os meus interesses actuais possam alterar-se com os anos.....V F
3. Sinto-me incerto(a) acerca das profissões que poderia desempenhar bem.....V F
4. Desconheço os meus pontos mais fortes e mais fracos..... V F
5. Os trabalhos que sei executar podem não pagar o suficiente para eu viver o tipo de vida que desejo..... V F
6. Se tivesse nesta altura de escolher uma profissão creio que faria uma má escolha.....V F
7. Necessito de saber qual a carreira que devo seguir..... V F
8. Tentar decidir sobre a minha carreira tem sido um problema prolongado e difícil.....V F
9. Estou confuso acerca do problema de decidir sobre uma carreira.....V F
10. Não tenho a certeza se a minha escolha profissional ou emprego actual é certo para mim.....V F
11. Não conheço o suficiente sobre as actividades executadas pelos trabalhadores em várias profissões.....V F
12. Não há uma única profissão que me atraia fortemente.....V F
13. Não sei ao certo a profissão que me daria prazer.....V F
14. Gostaria de aumentar o número de profissões que poderia considerar.....V F
15. As minhas estimativas sobre as minhas capacidades e talentos variam consideravelmente de ano para ano.....V F
16. Não tenho a certeza acerca de mim próprio em muitas áreas da vida.....V F
17. Sei qual a profissão que pretendo seguir há menos de um ano.....V F
18. Não compreendo como algumas pessoas podem ter tanta certeza sobre aquilo que querem fazer.....V F

Traduzido por J. T. Silva com permissão do Editor, Consulting Psychologists Press, Inc., Palo Alto, CA 94303 a partir de My Vocational Situation de J. L. Holland, D. C. daiger e P. G. Power. Copyright 1980 da Consulting Psychologists Press. É proibida reprodução sem consentimento do Editor.

Para as perguntas 19 e 20, assinale SIM ou NÃO



## Anexo V

### ECV

---

Participante \_\_\_\_\_

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, construção civil, 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

## Anexo VI

N.º: \_\_\_\_\_

### INVENTÁRIO SOBRE ADAPTABILIDADE

- versão internacional -

Pessoas diferentes utilizam recursos diferentes para construir as suas carreiras/vidas. Ninguém é bom em tudo; cada um procura dar o melhor de si. Por favor leia cada afirmação e depois, para indicar a sua resposta, utilize a seguinte escala:

1 = Muito pouco	2 = Pouco	3 = Razoavelmente	4 = Bastante	5 = Muito
-----------------	-----------	-------------------	--------------	-----------

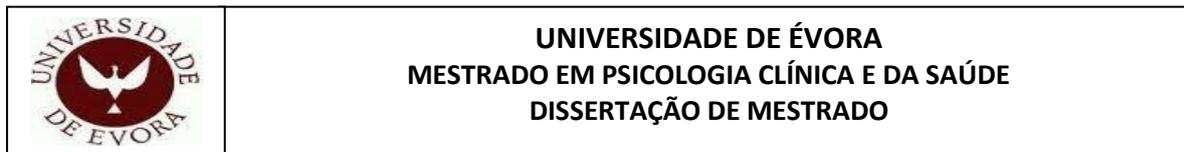
Considero que sou capaz de...	1	2	3	4	5
1. Planear as coisas importantes antes de começar	<input type="checkbox"/>				
2. Pensar como vai ser o meu futuro	<input type="checkbox"/>				
3. Compreender que as escolhas de hoje influenciam o meu futuro	<input type="checkbox"/>				
4. Preparar-me para o futuro	<input type="checkbox"/>				
5. Tomar consciência das escolhas de carreira que tenho de fazer	<input type="checkbox"/>				
6. Planear como alcançar os meus objectivos	<input type="checkbox"/>				
7. Estar preocupado(a) com a minha carreira	<input type="checkbox"/>				
8. Manter sempre o ânimo	<input type="checkbox"/>				
9. Tomar decisões por mim próprio(a)	<input type="checkbox"/>				
10. Assumir a responsabilidade pelos meus actos	<input type="checkbox"/>				
11. Defender as minhas convicções	<input type="checkbox"/>				
12. Contar comigo próprio(a)	<input type="checkbox"/>				
13. Fazer o que é melhor para mim	<input type="checkbox"/>				
14. Arranjar forças para continuar	<input type="checkbox"/>				
15. Explorar aquilo que me rodeia	<input type="checkbox"/>				
16. Procurar oportunidades para me desenvolver como pessoa	<input type="checkbox"/>				
17. Explorar alternativas antes de fazer uma escolha	<input type="checkbox"/>				
18. Estar atento(a) às diferentes maneiras de fazer as coisas	<input type="checkbox"/>				
19. Analisar de forma aprofundada questões que me dizem respeito	<input type="checkbox"/>				
20. Procurar informação sobre as escolhas que tenho de fazer	<input type="checkbox"/>				
21. Ser curioso(a) sobre novas oportunidades	<input type="checkbox"/>				
22. Realizar tarefas de forma eficiente	<input type="checkbox"/>				
23. Ser consciencioso(a) e fazer as coisas bem	<input type="checkbox"/>				
24. Desenvolver novas competências	<input type="checkbox"/>				
25. Dar sempre o meu melhor	<input type="checkbox"/>				
26. Ultrapassar obstáculos	<input type="checkbox"/>				
27. Resolver problemas	<input type="checkbox"/>				
28. Enfrentar desafios	<input type="checkbox"/>				

(C) Life Design International Research Group (2010)

O Projecto Life Design International Research Group desenvolve modelos e instrumentos psicológicos para apoiar a investigação e a intervenção na construção de projectos de vida/carreira. Coordenação internacional: Mark Savickas. Coordenação nacional: Maria Eduarda Duarte.

Tradução e adaptação: M. E. Duarte, S. Fraga, R. Agostinho, A. Djaló, M. R. Lima, I. Paredes, M. Rafael e M. C. Soares.

## ANEXO VII



No âmbito da minha Dissertação de Mestrado estou a efectuar um estudo, sob orientação do Professor Doutor Paulo Cardoso, sobre o processo de aconselhamento ao nível da construção de projectos de vida numa população com problemas de toxicoddependência. O estudo consiste num processo de aconselhamento ao nível da carreira e da orientação vocacional, que visa perceber o contributo de um instrumento nesse processo de ajuda.

Se aceitar em participar, ser-lhe-á realizada, numa **primeira fase**, uma entrevista inicial, com vista a recolher dados sócio - demográficos e o preenchimento de um conjunto de questionários para compreender a sua situação profissional neste momento.

Numa segunda fase serão realizadas entre **6 a 8 sessões** de aconselhamento uma vez por semana, com duração de 60 mm cada, consoante as suas necessidades, para lhe orientar em termos de projectos de vida futuros (profissionais/escolares).

As sessões serão filmadas ou gravadas em áudio, consoante o seu consentimento, apenas para fins desta investigação, garantindo-se no final, a destruição dos filmes e qualquer material que o possa identificar.

A **1º sessão**, que se poderá prolongar para uma **2º sessão**, caso sinta necessidade, destina-se à exploração da sua história de vida e das suas preocupações ao nível dos seus projectos de vida profissionais e/ ou de orientação vocacional.

A **3º sessão** consiste na aplicação de uma entrevista com vista a explorar os seus problemas de vida, a partir de um conjunto de perguntas específicas, sendo-lhe dado feedback sobre os dados recolhidos, no sentido de o/a ajudar a orientar-se em relação ao futuro. A **4º sessão**, será realizada no dia a seguir à sessão 3, em que visualizará ou escutará a sessão realizada no dia anterior, onde irá dizer o que foi ou não significativo para si, na aplicação da entrevista, a fim de se perceber o impacto que teve em si.

As sessões seguintes **5º, 6º e 7º** serão destinadas a ajuda-la/o a explorar e aconselhar em termos das decisões que deverá tomar em relação ao seu futuro profissional.

No final das sessões ser-lhe-ão aplicados novamente um conjunto de questionários.

Toda a informação recolhida será apenas utilizada no contexto desta investigação, garantindo-se sempre a confidencialidade dos dados e sua identidade, sendo para isso alterados dados que o possam identificar. Serão somente utilizados os dados que concorde e os que são pertinentes para a investigação.

A sua participação é voluntária e confidencial, tendo toda a liberdade de recusar ou abandonar o estudo a qualquer momento.

### **Autorização**

Eu,

.....  
..... como forma de mostrar o meu interesse e disponibilidade na participação deste estudo, tendo conhecimento do seu objectivo geral e de tudo o que me seria pedido, assim como os possíveis incómodos que possam ocorrer, indico com uma X nas linhas abaixo as condições em que concordo participar neste estudo:

- 6- Eu permito que as sessões sejam filmadas
  - a. revelando a minha identidade\_\_
  - b. não revelando a minha identidade, ou seja de costas para a câmara\_\_
- 7- Eu permito que as sessões sejam gravadas em áudio\_\_

A minha assinatura indica também que recebi uma cópia desta autorização.

.....  
Assinatura

.....  
Assinatura do responsável pelo estudo