



# INFORMAÇÕES PARA PAIS

Versão abreviada

## SOBRE A ESCOLHA PROFISSIONAL

Daniel Jungo • Erwin Egloff

### Caros pais,

Com a entrada para o nível secundário I, os jovens deparam-se com a escolha profissional. Os pais, os interlocutores mais próximos e importantes dos jovens, podem desempenhar um papel promotor neste processo, devendo sugerir, apoiar e incentivar. Esta brochura destinada aos pais mostra como poderá acompanhar o seu filho na escolha da profissão.

Aqui ficam os nossos votos de felicidades e êxito nesta etapa!

## Capacitar o seu filho

Para capacitar o seu filho na escolha da profissão, é importante respeitar atitudes positivas, sendo favorável uma liderança compreensiva e cooperativa com reforço de comportamentos positivos.

Atitudes com exemplos de pais:

### Autoconfiança

«A nossa filha foi falar com o professor a propósito de uma nota que sentiu ser injusta.»

### Autonomia

«O nosso filho surpreendeu-nos ao organizar sozinho uma experimentação profissional.»

### Iniciativa

«Para a nossa filha, o tempo livre é sempre escasso. Encontra sempre uma atividade de que gosta.»

### Persistência

«O nosso filho tem um hobby especial: interessa-se muito por carrinhas dos Correios.»

### Capacidade de relacionamento

«Apesar de ser um pouco tímido, o mais velho tem três colegas que o visitam com frequência.»

### Características de uma liderança compreensiva e cooperativa

- Compreender sentimentos
- Mostrar compreensão
- Oferecer ajuda
- Estimular à reflexão
- Dar liberdade de decisão

Acho que escreveste uma boa carta de motivação. Só tenho duas sugestões para a formulares ainda melhor.

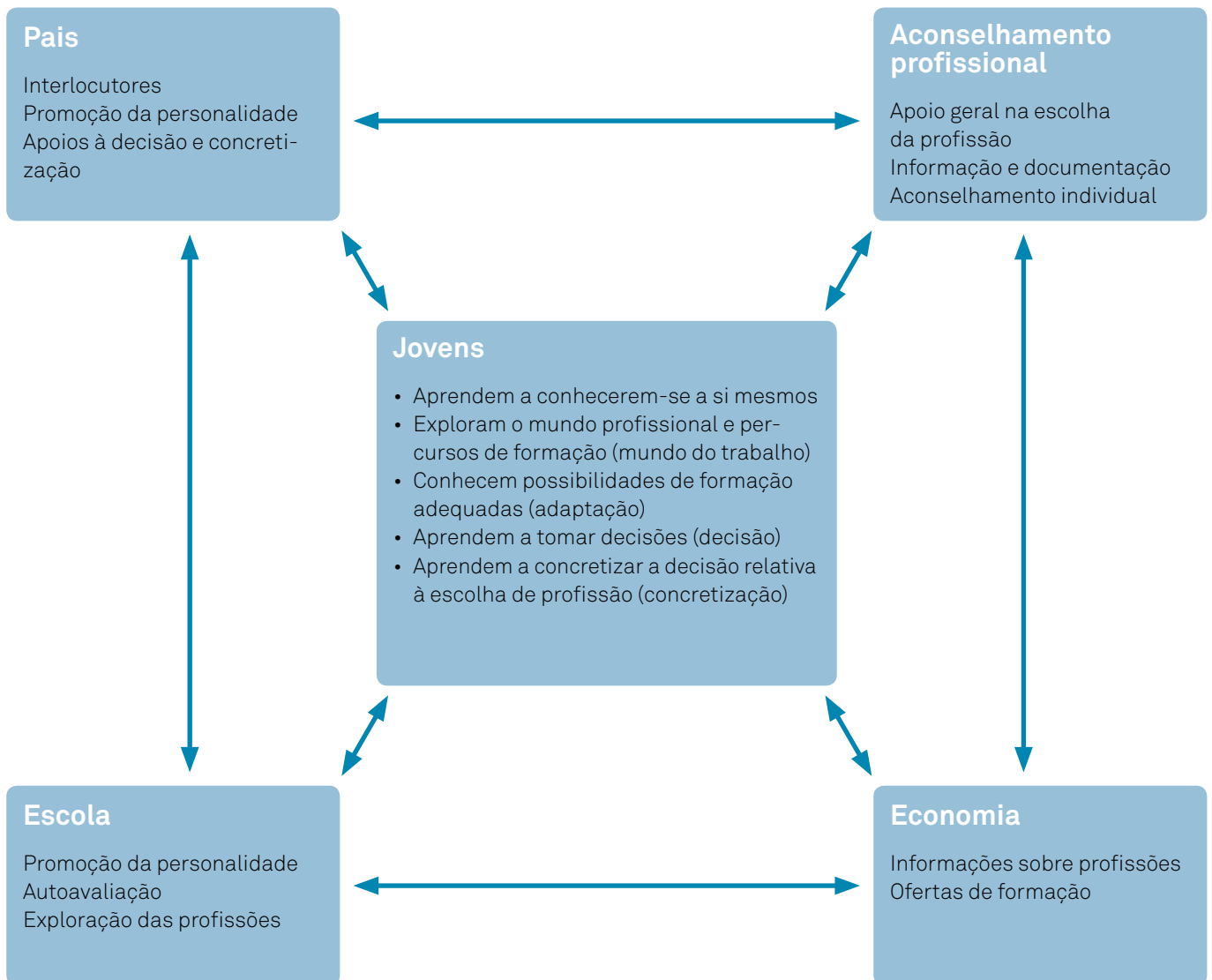


### DICA

- Estimule atitudes positivas como a autoconfiança, a autonomia, a iniciativa, a persistência e a capacidade de relacionamento.

## O modelo de cooperação

O modelo de cooperação mostra que não são só os pais que podem ajudar os jovens a escolher a sua profissão; com efeito, a escola, o aconselhamento profissional e a economia também dão o seu contributo.



O modelo de cooperação da preparação para a escolha da profissão mostra os parceiros mais importantes.



## Cinco passos para encontrar a profissão certa

A transição da escola para o trabalho ou para a escola do nível seguinte é feita em diversas etapas. O objetivo é encontrar uma solução de ligação.

1

### Conhecer-se a si mesmo

#### Identificar interesses e aptidões

- Analisar a situação atual e o autoconhecimento com o caderno de trabalho (Arbeitsheft)
- Observar nos tempos livres e na escola
- Falar com os pais, professores, profissional de orientação



2

### Conhecer o mundo de trabalho

#### Obter informações sobre profissões

- Centro de informação sobre profissões (Berufsinformationszentrum, BIZ): literatura geral, perfis profissionais, recursos informativos sobre licenciaturas, revista sobre a escolha de profissão
- Ofertas na Internet
- Exploração de profissões



#### DICA

- De vez em quando, informe-se sobre os temas que o seu filho está a estudar e procure saber mais sobre os mesmos.

## Comparar-se com o mundo de trabalho

3

### Descobrir objetivos profissionais e de formação adequados

- Questionário sobre interesses, bússola de interesses (Interessenkompass) e lista de profissões
- Lista classificativa das profissões preferidas
- Favoritos e requisitos
- Falar com os pais, professores, profissional de orientação

## Explorar as profissões e decidir

### Adquirir experiência no mundo profissional e tomar decisões

- Experimentação profissional
- Conversar com profissionais e mestres
- Exploração de profissões
- Visitar empresas e receber orientação profissional
- Eventos informativos
- Verificar oportunidades: informações, perspectivas para uma aprendizagem, possibilidades alternativas etc.

4



## Concretizar as decisões

### Encontrar um posto para aprendizagem

- Procurar endereços de postos de aprendizagem
- Elaborar candidaturas
- Entrevista
- Lidar com respostas negativas

### Soluções intermédias e transitórias

- Melhorar as possibilidades
- Preparação para a escola ou o mundo profissional
- Melhorar as competências linguísticas

### Planear o prosseguimento dos estudos

- Escolher a escola
- Transitar
- Passar no processo de admissão

5







## Conhecer o cotidiano profissional

Para os jovens, é importante e estimulante viver em primeira mão o cotidiano profissional. Aproximam-se, assim, com um grande passo, do objetivo de escolher a sua profissão.



Os jovens ficam a conhecer a realidade profissional e com uma visão do mundo do trabalho.

- Exploração de profissões
- Visita a empresas e a instituições e orientação profissional, eventos informativos
- Exploração empresarial e experimentação profissional (estágio para a escolha de profissão)
- Conversas com profissionais

## Procurar postos de aprendizagem

Com listas de endereços de empresas, os jovens podem candidatar-se a postos de aprendizagem.



### DICAS

- Ajude o seu filho a procurar um posto de aprendiz.
- Utilize a lista das vagas para aprendizagem (Lehrstellennachweis)  
**[www.berufswahltagbuch.ch/lehrstellen](http://www.berufswahltagbuch.ch/lehrstellen)**
- Peça auxílio a familiares, conhecidos e professores, também na obtenção de endereços.
- Procure anúncios nos jornais e na Internet.
- Contacte empresas específicas.
- Considere atempadamente profissões semelhantes.



## Entrevistas

A impressão causada na entrevista também é decisiva para o sucesso da candidatura. Os pais não podem evitar as respostas negativas, mas podem atenuar a desilusão.



### DICAS

#### Simule a entrevista com o seu filho

- «Porque é que queres aprender esta profissão?»
- «Conheces bem a profissão?»
- «Quais são os teus pontos fortes e fracos?»

#### O que pode fazer perante uma resposta negativa

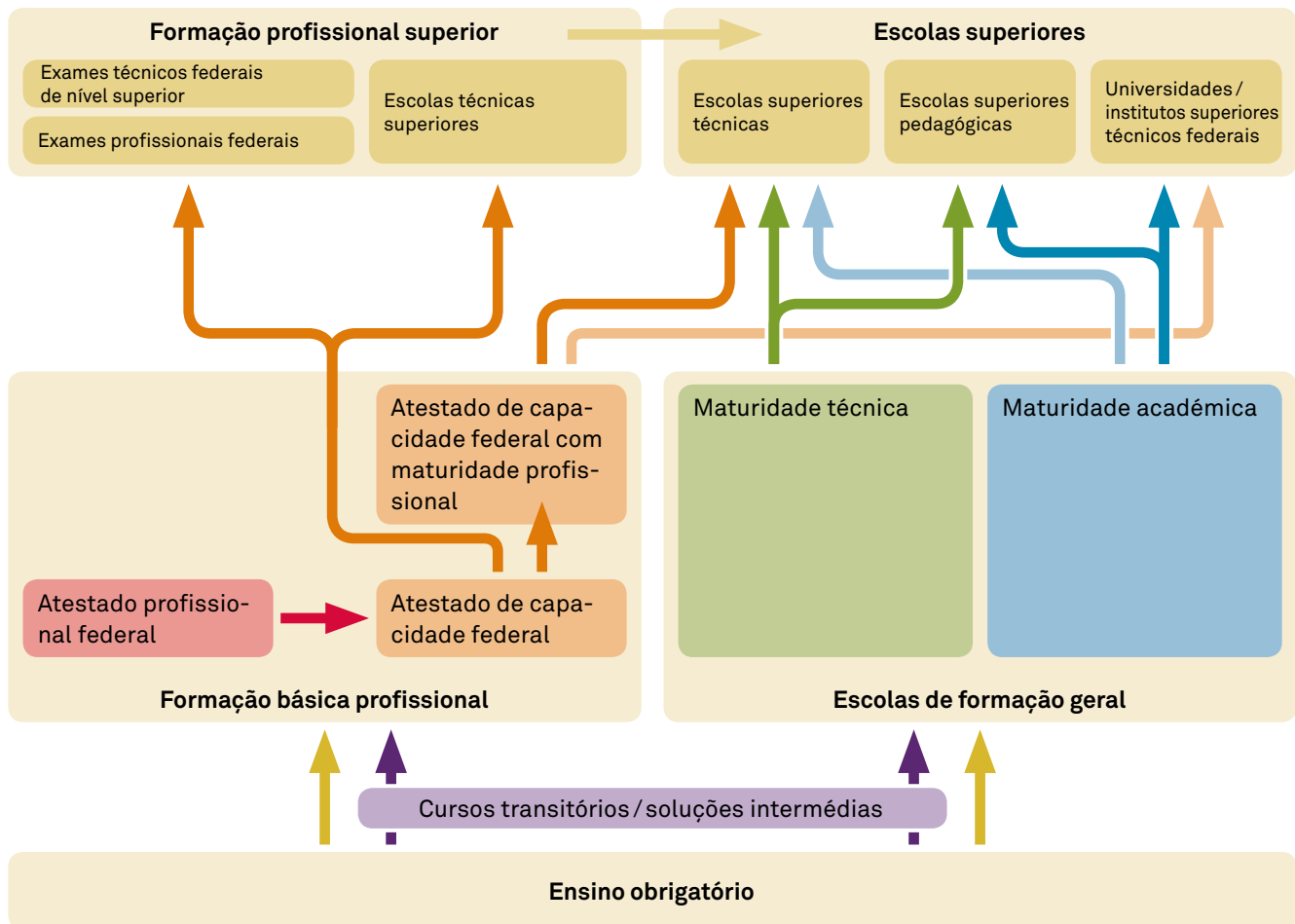
- Não se deixe desmoralizar.
- Mostre ao seu filho que partilha da sua decepção e que o compreende.
- Procurem soluções em conjunto.

#### Dicas para lidar com respostas negativas frequentes

- Averigue os motivos da rejeição.
- Encoraje o seu filho a enviar mais candidaturas.
- Controle o dossiê de candidatura.
- Peça apoio aos professores ou ao serviço de orientação profissional.

## O sistema educativo na Suíça

No final do ensino obrigatório, há diversas formações profissionais e escolares. Conheça as várias opções para que, em conjunto com o seu filho, possam tomar uma decisão informada. Este diagrama mostra alguns percursos frequentes no sistema educativo suíço. Em casos concretos, também são possíveis outros percursos.



As linhas acentuadas mostram percursos de formação com possibilidade de acesso direto.



No caso das linhas mais tênues, são necessárias qualificações adicionais ou prática profissional.

## Impressum

**BERUFSWAHLTAGEBUCH**  
Elternheft Kurzfassung Portugiesisch

**Autoren** Daniel Jungo, Erwin Egloff **Projektleitung** Bruno Bachmann  
**Herstellung** Katja Iten **Gestaltung** Hansen Typografische Gestaltung, Luzern  
**Illustrationen** Sarah Safu Furrer **Übersetzung** Apostroph Luzern AG, Luzern  
**Bilder Seite 2** © Christoph Hähnel – Fotolia.com; © PeopleImages/www.istockphoto.com  
**Seite 6** Andreas Gerosa, Heini Gubler **Seite 7** © auremar – Fotolia.com

© 2017 Schulverlag plus AG (übersetzte, gekürzte Ausgabe von Art.-Nr. 88646)  
Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt.  
Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlags.