

★ COMO ESCOLHER OS ÓCULOS  
IDEAIS PARA O SEU ROSTO

★ BIOGRAFIA DE JECE VALADÃO  
REVELA POLÊMICAS DO ARTISTA

São Paulo  
**AGORA**

REVISTA  
**da Hora**

Conheça as  
novas formas  
de orientação  
vocacional e como  
acertar na escolha  
de sua carreira

Rebeca Fernandes  
de Bulhões Dorcas,  
18 anos, cursa o  
primeiro ano  
de Engenharia

**Profissão**  
sob medida

Luis Otávio Mayer, 24 anos, concluiu a faculdade de publicidade, está cursando jornalismo e pretende fazer direito. Para acabar com as dúvidas, decidiu fazer um teste vocacional. "Com a ajuda do questionário, percebi que tenho mais aptidão para cargos formais, que envolvem metas precisas. Uma das áreas indicadas foi direito." Como advogado, Mayer pretende atuar no ramo da comunicação de forma mais concreta e rentável. "Gosto de comunicação, mas acho um mercado confusamente amplo."

Para a psicóloga Vera Inês Masson

Pugliesi, do Grupo Rama (empresa que atua na área), a orientação ajuda o jovem a direcionar suas escolhas de forma consciente. "É importante pensar no caminho que vai levá-lo ao futuro que você deseja. Nem sempre será possível ter tudo o que é valorizado em uma profissão, mas existem coisas que podem ser insuportáveis para algumas pessoas."

Vera lembra que é possível ter múltiplas atividades na vida. "Muitas vezes, o que aflige o jovem é ter de abrir mão de coisas de que ele gosta ao escolher uma carreira. Mas a vida não gira em torno do mundo profissional. É

possível desenvolver os talentos deixados de lado pelo trabalho em atividades paralelas, como um hobby", indica.

A professora de inglês Camila dos Santos, 33 anos, sofreu muito para abrir mão da carreira artística, mas acabou optando por uma profissão com mais estabilidade. "Eu amava ser bailarina, mas não conseguia lidar com a rotina exigida pela profissão. Além dos ensaios puxados e das dietas constantes, ficar

sem saber o que seria da minha vida no mês seguinte era motivo de muito estresse para mim."

Por não conseguir escolher a profissão que queria seguir, a jovem resolveu fazer cursinho ao terminar o colegial e foi buscar orientação vocacional. "Percebi que não precisava abrir mão da minha paixão, apenas colocá-la no lugar

correto. Sofria mais tentando ser dançarina profissional do que fazendo a atividade por lazer." A facilidade para aprender línguas e lidar com pessoas foi decisiva na hora de escolher a profi-

fissão. "Nunca havia imaginado dar aulas e hoje não penso em outra coisa."

Segundo a psicóloga Cecília Helena Zardi, pesquisadora do Labor (Laboratório de Orientação Profissional) da USP (Universidade de São Paulo), fazer um ano de cursinho é bastante recomendado para adolescentes que não têm ideia do que querem da vida. "Não temos a cultura de olhar a escolha profissional

como um processo. É por isso que tanta gente chega ao fim do colegial sem conseguir escolher uma carreira."

Gilberto Katayama, consultor em gestão de pessoas do Núcleo Ser

**“É importante pensar no caminho que vai levá-lo ao futuro que você deseja. Nem sempre será possível ter tudo o que é valorizado em uma profissão”**

Vera Inês Masson Pugliesi, psicóloga do Grupo Rama

**“A resposta já está na pessoa. [...] A orientação vocacional ajuda a descobrir o que é realmente importante para cada um”**

Gilberto Katayama, consultor em gestão de pessoas do Núcleo Ser

(empresa especializada em orientação), acredita que, muitas vezes, o indivíduo escolhe uma profissão sem se conhecer. "A resposta já está na pessoa. Por meio de uma busca direcionada e consciente, ela será capaz de perceber a vida de forma global. Enxergar o trabalho, o lazer, a família. A orientação vocacional ajuda a descobrir o que é realmente importante para cada um."

A estudante Rebeca Fernandes de →

## Onde fazer orientação profissional

### Labor - Laboratório de Estudos sobre o Trabalho e Orientação Profissional

Ligado ao Instituto de Psicologia da USP (Universidade de São Paulo), o Labor atende pessoas maiores de 14 anos e que estejam em dúvida em relação a um curso ou a uma atividade profissional

Av. Prof. Mello Moraes, 1.721, bloco D, Cidade Universitária, tel. (0/xx/11) 3091-4174

[www.ip.usp.br](http://www.ip.usp.br)

### Clinica Psicológica Ana Maria Poppovic

Ligada à faculdade de psicologia da PUC-SP (Pontifícia Universidade Católica de São Paulo), a clínica realiza sessões individuais ou em grupo. O atendimento é voltado para adolescentes

R. Monte Alegre, 961, Perdizes, tel. (0/xx/11) 3670-8040

[www.pucsp.br/clinica](http://www.pucsp.br/clinica)

### Daniela do Lago Treinamento Comportamental, Palestra Motivacional & Coaching Executivo

A empresa oferece atividades de desenvolvimento pessoal e profissional para adultos. Além do atendimento individual, são realizadas palestras e treinamentos ligados à performance profissional

R. Verbo Divino, 1.661, 3º andar, tel. (0/xx/11) 2379-6003

[www.danieladolago.com.br](http://www.danieladolago.com.br)

### Grupo Rama - Realizações Aplicadas à Motivação e ao Autoconhecimento

O grupo realiza um trabalho de orientação destinado a vestibulandos e jovens em dúvida quanto à escolha da profissão. São desenvolvidas atividades de autoconhecimento e terapias corporais

R. Tibiri, 249, Jardim São Paulo, tel. (0/xx/11) 2979-7430

### Instituto Colmeia

O espaço oferece atividades para vestibulandos e adultos que desejem se expandir profissionalmente. Também realiza cursos de aperfeiçoamento para orientadores, além de workshops e palestras para empresas

R. Marina Cintra, 97, Jardim Europa, tel. (0/xx/11) 3881-1545

[www.colmeia.org.br](http://www.colmeia.org.br)

### Nace Consultoria

A empresa trabalha com vestibulandos, universitários que queiram repensar as suas escolhas e profissionais que desejem avaliar novas possibilidades de carreira. Faz atendimento on-line e presencial em grupo ou individual

R. Clodomiro Amazonas, 1.099, Vila Olímpia, tel. (0/xx/11) 3849-2412

[www.nace.com.br](http://www.nace.com.br)

### Núcleo Ser

O endereço realiza treinamentos de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal e profissional. O espaço atende adultos e adolescentes maiores de 12 anos. Também são realizadas oficinas para empresas

R. Coronel Lisboa, 434, Vila Clementino, tel. (0/xx/11) 5539-6655

[www.nucleoser.com.br](http://www.nucleoser.com.br)