

- XXVII Seminário de Iniciação Científica
- XIV Seminário Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão - SIEPE



RELATO DE EXPERIÊNCIA: ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL E MANEJO DE ANSIEDADE EM UMA ESCOLA PRIVADA NO MUNICÍPIO DE FRAIBURGO - SC

Pesquisador(es): DALANHOL, Júlia; SCHLÖSSER, Adriano.

Instituição de Ensino Superior/Curso: Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc),
Curso de Psicologia.

Área: Área das Ciências da Vida e Saúde.

Introdução: O presente estudo está inserido no âmbito do componente curricular Estágio Curricular Supervisionado I. **Objetivo:** Objetivou realizar o processo de observação, planejamento e intervenção, conforme as demandas ofertadas e/ou observadas no contexto de atuação profissional da psicóloga no colégio CEFRAI de Fraiburgo – SC. **Método:** Em conversa inicial com a psicóloga do local foi acordado de que a acadêmica trabalharia o tema ansiedade com as turmas do Ensino Fundamental II (7º, 8º e 9º ano) e Ensino Médio (1º, 2º e 3º ano), além de realizar o serviço de orientação profissional dos alunos do 2º e 3º ano os quais tivessem interesse em realizá-la. A atividade de orientação profissional foi dividida em três momentos, sendo eles: entrevista individual com os alunos; aplicação do Teste das Dinâmicas Profissionais (TDP) e Escala de Auto Eficácia para Escolha Profissional (EAE-EO) e; a devolutiva aos mesmos. **Resultados:** Foi realizado seminários com as seis turmas contendo a explicação da ansiedade enquanto reação natural e enquanto doença; sintomas da ansiedade; comportamentos auto estimulantes; exemplos práticos da ansiedade no dia a dia, como em apresentação de trabalho e realização de provas, além dos pilares para lidar com a ansiedade, como técnicas de relaxamento e técnicas de enfrentamento. No processo de orientação profissional, 15 alunos demonstraram interesse em realizá-la. **Conclusão:** Com base nos resultados obtidos, as intervenções serviram como uma forma de preparo profissional, especialmente com relação ao serviço de orientação profissional, potencializando o processo de ensino e aprendizagem, além de ter contribuído no desenvolvimento emocional e social dos estudantes, visando a melhoria do bem-

II CIRCUITO REGIONAL

DE PESQUISA, INOVAÇÃO E DESENVOLVIMENTO

Megatendências, Perspectivas e Desafios na Formação Profissional

- XXVII Seminário de Iniciação Científica
- XIV Seminário Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão - SIEPE



estar dos mesmos. Ademais, a atividade de regulação emocional permitiu aos alunos uma melhor percepção sobre seus estados fisiológicos, psicológicos e emocionais, bem como permitir instrumentalizar com manejos simples para o gerenciamento de respostas ansiogênicas

Palavras-chave: Escola. Orientação Profissional. Adolescência.

E-mails: juliadalanhol@outlook.com

