



# ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL NA JORNADA DA APOSENTADORIA: DESAFIOS, OPORTUNIDADES ENVELHECIMENTO ATIVO EM FOCO

## Autor(res)

Giulia Natalia Santos Mendonça  
Iza Ludimila Rocha Dos Santos  
Gleidiane Suelen De Oliveira Da Silva  
Nathalia Pereira Da Silva  
Sara Magalhães Guedes  
Amanda Jordana Alves De Souza

## Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

## Instituição

FACULDADE ANHANGUERA TAGUATINGA SHOPPING

## Introdução

A Orientação Profissional surgiu no século XX para aumentar eficiência industrial, focando inicialmente em evitar acidentes de trabalho. Frank Parsons marcou seu início nos EUA em 1907, introduzindo conceitos da Psicologia e Pedagogia. Com o tempo, a abordagem se tornou mais diretiva, mas as ideias de Carl Rogers na década de 1940 a tornaram centrada no cliente. Diversas teorias sobre escolha profissional surgiram, como as de Super e Holland. No Brasil, iniciou-se na década de 1920, ligada à Psicologia Aplicada e Educação, crescendo com o Instituto de Seleção e Orientação Profissional (Sparta, 2003).

A aposentadoria representa um momento de grande relevância na vida de muitas pessoas, marcando o encerramento de uma carreira profissional e o início de uma nova fase. Segundo Erikson (1987), o desenvolvimento humano ocorre por etapas e crises, sendo que esses períodos de ajustamento exigem um equilíbrio. Nesse contexto, a aposentadoria pode ser vista como um desses estressores da vida.

## Objetivo

Orientar os trabalhadores que estão prestes a se aposentar, oferecendo apoio psicossocial e estratégias de planejamento para facilitar uma transição saudável e positiva para a aposentadoria.

## Material e Métodos

A metodologia adotada para a realização deste consistiu em uma pesquisa bibliográfica, nas bases de dados eletrônicas, bibliotecas virtuais e portais de periódicos. A

busca por artigos científicos foi realizada por meio de palavras-chave relacionadas ao tema, como "orientação profissional", "Aposentadoria", "Envelhecimento", "Qualidade de vida".





Nessa direção, para estruturação do projeto, foi realizada entrevistas com grupos de aposentados e de pessoas que estão prestes a se aposentarem para coleta de dados. O intuito foi compreender suas percepções, preocupações e necessidades relacionadas à transição para a aposentadoria. Com base neste dados coletados foram organizadas as atividades intervencionistas, bem como as orientações.

A partir disso foi desenvolvido um programa de orientação profissional para o grupo selecionado, abrangendo temáticas de suporte e estratégias de planejamento para essa transição, conforme o anexo 1.

### Resultados e Discussão

O programa de orientação profissional em grupo, direcionado a trabalhadores próximos à aposentadoria e recentemente aposentados, teve como objetivo facilitar uma transição favorável para essa etapa da vida. Ao longo do desenvolvimento, foram realizadas entrevistas com os participantes que forneceram informações importantes sobre seus sentimentos, expectativas e desafios em relação à aposentadoria.

As entrevistas revelaram uma variedade de perspectivas e experiências. Alguns expressaram sentimentos de realização e contentamento, destacando que veem a aposentadoria como um momento de dever cumprido e oportunidade para novos horizontes. No entanto, outros revelaram preocupações e ansiedades, sentindo-se despreparados e temerosos em relação ao desconhecido que a aposentadoria pode representar.

Essa diversidade de perspectivas ressalta a complexidade da transição para a aposentadoria e a importância de programas de apoio psicossocial.

### Conclusão

Diante dessas considerações, o programa de orientação profissional em grupo para trabalhadores próximos à aposentadoria e recentemente aposentados mostrou-se eficaz ao facilitar uma transição favorável para essa etapa da vida. A diversidade de perspectivas reveladas durante o programa ressalta a complexidade dessa transição e a importância de programas de apoio psicossocial. O acompanhamento cuidadoso dos participantes durante as intervenções contribuiu significativamente para o sucesso do programa.

### Referências

- Erikson, E. H. (1987). *Identidade: juventude e crise*. Rio de Janeiro: Guanabara.
- França, L. H. F. P., & Soares, D. H. P. (2009). *Preparação para a Aposentadoria como parte da Educação ao Longo da Vida*. Universidade Salgado de Oliveira & Universidade Federal de Santa Catarina.
- Minayo, M.C.S., Cavalcante, F.G., Mangas, R.M.N., & Souza, J.R.A. (2012). Autópsias psicológicas sobre suicídio de idosos no Rio de Janeiro. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(10), 2773-2781.
- PAPALIA, D. E. e FELDMAN, R. D. (2013). *Desenvolvimento Humano*. Porto Alegre, Artmed, 13ª ed. Obs.: está disponível na biblioteca.
- PENNA, F. B.; SANTO, F. H. do E. O movimento das emoções na vida dos idosos: Um estudo com grupo da terceira idade. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, Goiânia, Goiás, Brasil, v. 8, n. 1, 2006. DOI: 10.5216/ree.v8i1.948.



Anhanguera