

O que vou ser quando crescer? Indecisão profissional e otimismo em aprendizes

Ana Paula Porto Noronha
Roberta Ramazotti Ferraz de Campos
Leila Maria Ferreira Couto¹
Ana Paula Ozório Cavallaro
Universidade São Francisco, Campinas/SP, Brasil

Resumo

Este estudo analisou a relação entre indecisão profissional e otimismo/pessimismo disposicional em adolescentes na fase de escolha profissional, além de diferenças entre os sexos e tipo de escola. Participaram 145 adolescentes ($M = 15,6$ anos; $DP = 0,51$) que frequentavam uma instituição de Ensino Técnico-Profissionalizante de inserção no mercado de trabalho como aprendizes, matriculados no Ensino Fundamental e Médio de escolas públicas ou particulares. Foram utilizados o Inventário de Levantamento das Dificuldades da Decisão Profissional e a *Revised Life Orientation Test Brasil*. Os resultados indicaram que a indecisão profissional prediz 25% de pessimismo e 11% de otimismo. Ademais, os adolescentes do sexo masculino se sentem mais despreparados para realizar a escolha profissional. Estes achados são discutidos de acordo com literatura pertinente.

Palavras-chave: Orientação profissional, Tomada de decisão, Adolescentes, Psicologia Positiva, Avaliação psicológica

Abstract: What will I be when growing up? Professional indecision and optimism in apprentices

This study analyzed the relationship between professional indecision and dispositional optimism/pessimism in adolescents in the career choice phase, in addition to differences between genders, and type of school. Participants were 145 adolescents ($M = 15.6$ years old; $SD = .51$) who attended a Technical-Vocational Education institution for insertion in the labor market as apprentices, enrolled in Elementary and High, in public or private schools. The *Inventário de Levantamento das Dificuldades da Decisão Profissional* and Revised Life Orientation Test Brazilian version were used. Results indicated that professional indecision predicts 25% of pessimism and 11% of optimism. Furthermore, adolescents males feel more unprepared to make a professional choice. These findings are discussed according to relevant literature.

Keywords: Vocational guidance, Decision making, Adolescents, Positive Psychology, Psychological assessment

Resumen: ¿Qué será de mayor? Indecisión profesional y optimismo en los jóvenes aprendices

Este estudio analizó la relación entre indecisión profesional y el optimismo/pesimismo disposicional en adolescentes en la fase de elección de carrera, además de las diferencias entre géneros y tipo de escuela. Participaron 145 adolescentes ($M = 15,6$ años; $DE = 0,51$) que asistían a una institución de Educación Técnico Profesional para inserción en el mercado laboral como aprendices, matriculados en Educación Básica y Media en escuelas públicas o privadas. Se utilizaron el *Inventário de Levantamento das Dificuldades da Decisão Profissional* y *Revised Life Orientation Test Brasil*. Los resultados indicaron que la indecisión profesional predice 25% de pesimismo y 11% de optimismo. Además, los varones adolescentes se sienten menos preparados para hacer una elección profesional. Estos resultados se discuten de acuerdo con literatura relevante.

Palabras clave: Orientación profesional, Toma de decisión, Adolescentes, Psicología Positiva, Evaluación psicológica

¹ Endereço para correspondência: Universidade São Francisco – Campus de Campinas. Rua Waldemar César da Silveira, 105, Jardim Cura D’Ars, Campinas/SP, 13045-510. E-mail: leilamfc@terra.com.br

Decidir sobre qual profissão seguir ou o que se deseja estudar no curso superior é uma tarefa complexa (Lipshits-Braziler et al., 2017), principalmente na atualidade, em que se tem um mercado de trabalho em rápida expansão e com diversas oportunidades de carreira, além de este mesmo cenário conter incertezas e instabilidades de ordem social, política e econômica (Nota & Rossier, 2015; Paulino et al., 2021). O processo de tomada de decisão a respeito da carreira pode ser ainda mais desafiador aos adolescentes e jovens adultos (Ginevra et al., 2012; Kvasková et al., 2022), pois nestas faixas etárias, o indivíduo vivencia transformações significativas, nos âmbitos biológico, psicológico e social, oriundas da passagem para a vida adulta (Cerqueira-Santos et al., 2014), sendo a decisão pela carreira uma das transições que os adolescentes/jovens enfrentarão em suas vidas. Assim, o presente artigo abordou a relação entre indecisão de carreira e otimismo disposicional em adolescentes que se encontravam em momento de transição escola-trabalho ou escola-curso superior. O objetivo foi compreender se o conhecimento sobre o modo como a indecisão frente à carreira pode afetar o otimismo/pessimismo dos adolescentes diante das expectativas de futuro.

A tomada de decisão é um fenômeno complexo, sobretudo para adolescentes (Ginevra et al., 2012; Kvasková et al., 2022), e a indecisão sobre a carreira é um problema crescente neste grupo específico (Al-Busaidi & Alias, 2022). Dificuldades e conflitos podem estar relacionados à indecisão, e conseqüentemente, prejudicar o processo de tomada de decisão. A dúvida quanto aos campos de interesse, a busca por uma profissão ou curso superior que promovam satisfação pessoal e profissional, a descoberta da complexidade do mercado de trabalho em mutação e a combinação entre estes elementos, além das características pessoais do adolescente, são questões relevantes para o processo de decisão (Lipshits-Braziler et al., 2017; Nota & Rossier, 2015).

No sentido de elucidar os desafios oriundos deste processo, Gati et al. (1996) criaram uma taxonomia sobre a dificuldade para a tomada de decisão de carreira. Esse modelo se constitui em duas grandes dimensões: as dificuldades encontradas “antes de iniciar o processo” e as dificuldades vivenciadas “durante o processo”. As dimensões são subdivididas em três categorias e cada categoria é organizada em subcategorias. Na dimensão “antes de iniciar o processo” há a categoria “falta de prontidão” referente aos problemas enfrentados antes do engajamento na escolha profissional, e inclui as subcategorias “falta de motivação” para a tomada de decisão, a “indecisão” presente em qualquer tipo de escolha, e os “mitos disfuncionais”, definidos como expectativas irracionais perante a possibilidade de uma escolha.

A dimensão “durante o processo” se divide em duas categorias: “falta de informação” sobre o processo de escolha e “informação inconsistente” para realizar a escolha

de carreira. A primeira categoria (“falta de informação”) é composta pelas subcategorias de “falta de conhecimento sobre o processo”, que caracteriza o desconhecimento sobre o que deve ser feito para que o processo de escolha aconteça, o “self”, designado pela desinformação do indivíduo sobre suas preferências, suas capacidades individuais e de perspectiva em relação ao futuro, as “ocupações” que diz respeito ao não conhecimento sobre as características do trabalho que se pretende fazer, e as “maneiras de se obter informações” trata da dificuldade do indivíduo em conseguir saber como se alcança o conhecimento sobre si mesmo e sobre as profissões (Gati et al., 1996).

E, para finalizar o modelo, a segunda categoria inserida no processo “durante a escolha” aborda a “informação inconsistente”, organizada em três subcategorias a saber: as “informações não confiáveis” tratam sobre as incertezas ligadas às preferências do indivíduo, às percepções de pessoas significativas ou até mesmo às alternativas propostas por profissionais especializados na área, os “conflitos internos” dizem respeito às preferências compatíveis com aquilo que se deseja, além das habilidades necessárias para exercer a possível profissão, e “conflitos externos” expressam as opções que o indivíduo precisa fazer e quais critérios escolher, levando em consideração as diversas possibilidades profissionais. Vale ressaltar que as categorias são integradas entre si, e que os indivíduos podem ter uma única dificuldade ou uma combinação entre elas, sugerindo que os problemas não são independentes (Gati et al., 1996).

Em razão da necessidade de atualização da compreensão sobre indecisão, sobretudo no que se refere ao conceito de falta de prontidão, Ginevra et al. (2012) reorganizaram o modelo de Gati et al. (1996), de modo que três grupos de fatores foram associados à dificuldade de decisão de carreira: 1. as visões pessimistas sobre o processo de tomada de decisão, o mundo do trabalho e o controle pessoal; 2. a ansiedade e a incerteza sobre o processo de escolha e seus possíveis resultados; 3. os fatores de autoconhecimento associados à ansiedade generalizada, autoestima, identidade profissional não definida e conflitos interpessoais. Porém, na presente pesquisa, o instrumento utilizado para coleta de dados (Primi et al., 2000) foi construído à luz dos pressupostos Gati et al. (1996).

A complexidade e importância deste campo de estudos têm fomentado pesquisas sobre a temática com o intuito de avaliar as dificuldades enfrentadas pelos adolescente/jovens na decisão profissional, além de buscar compreender sua multidimensionalidade (Al-Busaidi & Alias, 2022; Bubic, 2017; Jemini-Gashi & Kadriu, 2022; Levin et al., 2022), assim como as suas causas (Gati et al., 1996). Levin et al. (2022) estudaram uma ampla amostra de mais de 8.000 pessoas e, a partir de uma análise de perfis latentes baseados no modelo taxonômico de Gati et al. (1996), encontraram cinco perfis de indecisão de carreira, a saber: desinformados (i.e., dificuldade baseada na falta

de informação para a escolha profissional); indecisos (i.e., indivíduos que tendem, de maneira geral, a ter dificuldade em tomada de decisão); conflitantes (i.e., relaciona-se com conflitos externos ao indivíduo, porém conflitos internos e informações não confiáveis podem ser agravantes deste perfil); irrealistas (i.e., pessoas com crenças disfuncionais como, por exemplo, acreditar que só se pode escolher uma carreira e que ela precisa ser a “certa” para toda a vida profissional) e, em menor frequência, desmotivados (i.e., indivíduos que não apresentam motivação suficiente para finalizar o processo de escolha).

Os achados das investigações são concordantes com as asserções de Lipshits-Brazilier et al. (2017) na direção de que os aconselhamentos de adolescentes em processo de orientação de carreira devam ser mais bem elaborados. Assim, avaliar estes perfis se faz relevante pela possibilidade de se construir propostas de intervenção mais efetivas, no sentido de atenuar a percepção de indecisão e de insegurança, direcionadas ao perfil mais representativo de dificuldade do adolescente/jovem. Deste modo, a indecisão frente à escolha profissional pode ser um indicativo, em adolescentes e jovens, de que outras áreas do funcionamento psicológico sejam importantes no processo e que, possivelmente, precisem de certa atenção. Como exemplo, Ran et al. (2022) investigaram as relações entre autoeficácia generalizada, inteligência emocional e indecisão de carreira, à luz das proposições de Gati et al. (1996), em estudantes universitários chineses. Tanto a inteligência emocional, quanto a autoeficácia obtiveram correlações negativas e de baixa magnitude com as categorias de indecisão de carreira. Assim, os autores sugeriram que sejam conduzidos estudos com vistas a compreender as causas da indecisão, bem como discutiram a pertinência da realização de intervenções pautadas na promoção da inteligência emocional.

Um outro exemplo é o estudo de Chui et al. (2020) que testaram um modelo de mediação com *path analysis*, para investigar a relação entre a orientação de carreira e o otimismo em relação à carreira, mediados pela adaptabilidade e a autoeficácia para a escolha profissional, em estudantes universitários de Hong Kong. Os autores encontraram que adaptabilidade e autoeficácia mediarão a relação entre orientação de carreira e o otimismo com a carreira, e que esta relação não apresentou efeito direto, sugerindo que para a orientação de carreira fomentar maior otimismo em relação à futura profissão é necessário que esta orientação invista no desenvolvimento de habilidades voltadas à adaptação de carreira e à percepção da capacidade em relação ao desempenho voltado à profissão escolhida.

Desta feita, faz-se necessário entender a relação entre o processo de tomada de decisão de carreira e sua influência no otimismo disposicional de adolescentes/jovens, visto que as dificuldades presentes no processo podem contribuir negativamente ao otimismo deste público, podendo, inclusive, afetar sua percepção positiva em relação

à carreira e ao mundo do trabalho. A este respeito, Daswati et al. (2022) investigaram o impacto do capital psicológico – que inclui o otimismo – no engajamento de trabalhadores e encontraram efeitos positivos. O engajamento mediou o efeito indireto do capital psicológico no desempenho dos participantes. De acordo com os autores, as características positivas devem ser mais investigadas em processos relacionados ao contexto do trabalho. Tal como destacado por Ahmad e Nasir (2022), poucos estudos têm investigado as relações entre o otimismo e a decisão de carreira.

O otimismo disposicional refere-se às expectativas do indivíduo sobre seu futuro, de modo a acreditar que eventos futuros serão positivos (Scheier & Carver, 1985). Para os autores, os indivíduos possuem expectativas em relação aos acontecimentos da vida, sendo o objetivo e o senso de confiança imprescindíveis para a ação. Se uma meta é realmente importante, é possível alcançá-la somando-se o senso de confiança à ação. Assim, o otimismo é entendido como uma estratégia que permite às pessoas nível maior de bem-estar subjetivo, mais sucesso e saúde em suas vidas. Além disso, estudo de Blasco-Belled et al. (2022) indicou que indivíduos mais otimistas possuíam níveis mais elevados de inteligência emocional e satisfação com a vida.

De modo geral, a orientação otimista para a vida permeia diversos aspectos do cotidiano, facilitando a resolução de problemas complexos, como a escolha de uma carreira (Blasco-Belled et al., 2022). Este otimismo disposicional correlaciona-se com indicadores de saúde psicológica e bem-estar psicológico (van Wijk, 2022), podendo beneficiar decisões que gerem satisfação pessoal e financeira (Bastianello et al., 2014). Assim, indivíduos otimistas tendem a realizar um planejamento de carreira mais eficiente, ao contrário de seus pares pessimistas. Por fim, o otimismo, aliado ao suporte social e autoeficácia, prevê positivamente a satisfação com a vida (Marcionetti & Castelli, 2021).

Logo, a orientação otimista para adolescentes e jovens, se combinadas com os recursos ambientais e promoção de características pessoais positivas (e.g., bem-estar subjetivo) podem gerar competências psicológicas e físicas que facilitam a transição para a vida adulta (Ambiel et al., 2019). Particularmente, os jovens aprendizes visualizam o trabalho como uma transição crucial para a vida adulta, associando-o a oportunidades de crescimento e aquisição de independência financeira, o que contribui para o seu amadurecimento pessoal (Graebn et al., 2019).

A título de elucidação, entende-se como aprendiz o adolescente/jovem que estuda e trabalha. Este deve estar matriculado e frequentar a escolar regular nos níveis de Ensino Fundamental ou Médio, e estar cursando um programa de aprendizagem para o trabalho em uma instituição de ensino técnico-profissionalizante, o qual recebe formação específica para a profissão que está sendo

exercida. Vale ressaltar que, de acordo com a Lei Federal nº 10.097/2000, denominada Lei da Aprendizagem, todas as empresas de médio e grande porte devem contratar um número de aprendizes no seu quadro de funcionários (mínimo de 5% e máximo de 15%), cujas funções demandem formação profissional (Lei 10.097/2000).

Para os jovens aprendizes, a vivência laboral é identificada como um facilitador no desenvolvimento de habilidades e competências, propiciando a aquisição de conhecimento técnico e uma compreensão mais profunda do ambiente profissional. A oportunidade de ganhar experiência, prosseguir os estudos e auxiliar a família promove um aumento no autovalor, manifestando-se na percepção de reconhecimento tanto familiar como social. Desta forma, a inserção precoce no mercado de trabalho proporciona aos adolescentes/jovens um sentimento de valorização e desenvolvimento humano (Graebin et al., 2019), além de incrementar o desenvolvimento profissional, a empregabilidade e a autoeficácia (Villar & Mourão, 2018). Portanto, conseguir realizar a escolha profissional e adentrar ao mercado de trabalho podem ser aspectos relevantes para a aquisição de uma visão positiva e otimista em relação ao futuro nos jovens aprendizes e isso pode contribuir ao bom funcionamento do ser humano e de suas potencialidades, tal como preconizado pela Psicologia Positiva (Bastianello et al., 2014; Tolentino et al., 2022).

Objetivo

O presente artigo analisou a relação entre indecisão profissional e o otimismo/pessimismo disposicional em adolescentes aprendizes, vinculados a uma instituição que oferecia formação profissionalizante para a inserção no mercado de trabalho. Além disso, esses adolescentes encontravam-se em fase de escolha profissional. Assim, a pesquisa buscou identificar a influência da indecisão de carreira nos indicadores de otimismo/pessimismo disposicional e possíveis diferenças de médias relacionadas às variáveis sociodemográficas (sexo e tipo de escola). Teve-se como hipótese que a indecisão sobre a escolha profissional possa afetar tanto o otimismo quanto o pessimismo, mas que a sua influência possivelmente seja maior no pessimismo por se tratar de um aspecto relacionado a emoções negativas.

Método

Participantes

Participaram do presente estudo 145 adolescentes que frequentavam uma instituição de Ensino Técnico-Profissionalizante ligada à inserção do jovem no mercado de trabalho como aprendiz. Os estudantes estavam matriculados no Ensino Fundamental ou no Ensino Médio de escolas públicas e particulares de uma cidade do interior

do estado de São Paulo. Em relação ao sexo, 75 (51,7%) eram do sexo masculino, com idades entre 15 e 17 anos ($M = 15,6$; $DP = 0,51$). No que se refere ao tipo de instituição escolar, 134 (92,4%) estavam matriculados em escolas públicas e apenas 11 (7,6%) em particulares. Do total, 2 (1,4%) estavam no 7º ano, 7 (4,8%) no 8º ano e 12 (8,3%) no 9º ano do Ensino Fundamental. Além disso, 62 (42,8%) cursavam o 1º ano, 59 (40,7%) o 2º ano e 3 (2,1%) o 3º ano do Ensino Médio.

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico. Questionário elaborado para o presente estudo visando coletar informações sobre sexo, idade, tipo de instituição de ensino (privada ou pública) e escolaridade dos participantes (ano escolar).

Inventário de Levantamento das Dificuldades da Decisão Profissional (IDDP; Primi et al., 2000). A escala busca analisar as dificuldades para tomada de decisão profissional. O IDDP é composto por 81 itens que formaram 17 fatores, agrupados em quatro fatores de segunda ordem, sendo: Fator 1 – Insegurança e falta de informação para tomada de decisão; Fator 2 – Busca de prestígio social das profissões e retorno financeiro; Fator 3 – Imaturidade para escolha associado à falta de motivação para a tomada de decisão; Fator 4 – Conflitos com pessoas significativas. A chave de resposta do instrumento é do tipo Likert de sete pontos variando entre 1 (conteúdo totalmente contrário ao que você pensa) e 7 (conteúdo totalmente de acordo com o que você pensa). A confiabilidade aferida por consistência interna (alfa de Cronbach) variou, no estudo original, de 0,70 a 0,89 para os fatores.

Revised Life Orientation Test Brasil (LOT-R Brasil; Bastianello et al., 2014). A LOT-R Brasil é uma escala em formato de autorrelato composta por 10 itens, que busca avaliar o otimismo disposicional. O instrumento é uma versão revisada e breve da *Life Orientation Test (LOT; Scheier & Carver, 1985)*. Contém 10 itens, sendo três sobre otimismo (1,4 e 10), três sobre pessimismo (3,7 e 9) e 4 itens distratores (2,5,6 e 8), que não são computados. As respostas são dadas em uma escala Likert que varia de “1 = discordo totalmente” a “5 = concordo totalmente”. A título de exemplo, o item “Diante de dificuldade, acho que tudo vai dar certo” versa sobre otimismo. “Se alguma coisa pode dar errado comigo, com certeza vai dar errado” remete ao pessimismo. A escala apresentou consistência interna aceitável ($\alpha = 0,82$) em seu estudo original.

Procedimentos

Sobre a instituição de ensino técnico-profissionalizante a qual foi realizada a presente pesquisa, esta elaborou e implantou um programa de aprendizagem para o trabalho, baseada na Lei Federal nº 10.097/2000. Com a autorização da instituição de ensino técnico-profissionalizante,

e a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Francisco (CAAE: 50006015.6.0000.5514), houve o cumprimento de todos os cuidados éticos preconizados pela legislação vigente no que se refere às autorizações dos pais ou responsáveis, que foram colhidas, por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, enviado a eles por intermédio dos próprios alunos. Os adolescentes que concordaram em participar da pesquisa preencheram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido no momento da coleta. Os instrumentos foram aplicados coletivamente nas salas de aulas da instituição, com aproximadamente 35 alunos por sala. O processo de coleta de dados teve duração aproximada de 40 minutos, sendo que, primeiramente, foi aplicado o questionário sociodemográfico, o IDDP e por fim, o LOT-R Brasil.

Análise de dados

Os dados foram incluídos em uma planilha e analisados com auxílio do programa SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*, versão 20). Primeiramente, foram realizadas estatísticas descritivas e os testes de normalidade (Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk). No caso, os fatores da IDDP apresentaram distribuição normal dos dados, porém, os fatores de otimismo e pessimismo não atenderam ao pressuposto de normalidade dos dados. À continuidade, foi utilizada a análise de regressão linear simples, pelo método *Enter*, para avaliar o poder de predição entre as subescalas do IDDP (dificuldades de decisão de carreira) e otimismo/pessimismo. Ademais,

foram verificadas as diferenças de médias por tipo de escola e sexo utilizando o teste *t* de *Student* em relação aos fatores do IDDP e, para otimismo e pessimismo, teste *t* de *Student* com o procedimento de *bootstrapping*. Por fim, o *d* de Cohen foi utilizado a fim de analisar o tamanho do efeito, sendo que valores menores que 0,19 são irrisórios, de 0,20 a 0,49 possuem efeito baixo, de 0,50 a 0,79 efeito médio e acima de 0,80 efeito alto (Cohen, 2016).

Resultados

Para atender ao objetivo de investigar as relações entre indecisão e otimismo/pessimismo, a seguir são apresentados os resultados referentes à análise de regressão linear. Para tanto, estabeleceu-se como variável dependente o otimismo e as subescalas do IDDP como variáveis independentes. Os dados estão dispostos na Tabela 1.

No que diz respeito à previsão dos fatores do IDDP para otimismo, o coeficiente de determinação ajustado (R^2) foi de 0,11, o que explicou 11% da variância. O conjunto das subescalas do IDDP em relação ao otimismo foi estatisticamente significativo ($F[16, 145] = 1,996; p = 0,017$). As subescalas significativas foram Obstáculo financeiro e Ênfase prestígio. Em relação aos valores da análise de regressão linear para o pessimismo, os dados podem ser observados na Tabela 2. Analogamente, o pessimismo foi inserido como variável dependente e as subescalas do IDDP como variáveis independentes.

Tabela 1
Coeficientes da regressão linear do IDDP e do otimismo da LOT-R Brasil

| | Coeficientes não padronizados | | Coeficientes padronizados | <i>t</i> | <i>p</i> |
|----------------------|-------------------------------|-----------|---------------------------|----------|----------|
| | <i>B</i> | <i>DP</i> | <i>Beta</i> | | |
| (Constante) | 9,963 | 1,168 | | 8,530 | 0,000 |
| Falta informação | -0,218 | 0,250 | -0,111 | -0,873 | 0,385 |
| Ausência estratégia | 0,297 | 0,253 | 0,139 | 1,176 | 0,242 |
| Indecisão | -0,088 | 0,217 | -0,049 | -0,407 | 0,685 |
| Insegurança | -0,148 | 0,191 | -0,072 | -0,770 | 0,443 |
| Obstáculo financeiro | -0,518 | 0,208 | -0,257 | -2,493 | 0,014 |
| Preferência variada | -0,098 | 0,167 | -0,059 | -0,585 | 0,559 |
| Divergência | -0,021 | 0,131 | -0,017 | -0,163 | 0,871 |
| Imaturidade | -0,254 | 0,141 | -0,186 | -1,804 | 0,074 |
| Decisão passiva | 0,075 | 0,153 | 0,049 | 0,492 | 0,623 |
| Aversão | -0,058 | 0,189 | -0,036 | -0,308 | 0,759 |
| Conflito externo | 0,203 | 0,189 | 0,111 | 1,076 | 0,284 |
| Realização | 0,408 | 0,212 | 0,188 | 1,927 | 0,056 |
| Escolha imutável | 0,062 | 0,163 | 0,042 | 0,380 | 0,705 |
| Narcisismo | 0,180 | 0,223 | 0,094 | 0,807 | 0,421 |
| Ênfase prestígio | 0,483 | 0,232 | 0,250 | 2,083 | 0,039 |
| Escolha salvadora | -0,060 | 0,129 | -0,048 | -0,468 | 0,641 |

Tabela 2

Coeficientes da regressão linear para prever os fatores do IDDP e pessimismo LOT-R Brasil

| | Coeficientes não padronizados | | Coeficientes padronizados | <i>t</i> | <i>p</i> |
|----------------------|-------------------------------|-----------|---------------------------|----------|----------|
| | <i>B</i> | <i>DP</i> | <i>Beta</i> | | |
| (Constante) | 2,482 | 1,344 | | 1,846 | 0,067 |
| Falta informação | 0,392 | 0,288 | 0,159 | 1,362 | 0,176 |
| Ausência estratégia | -0,487 | 0,291 | -0,182 | -1,672 | 0,097 |
| Indecisão | -0,225 | 0,250 | -0,099 | -0,900 | 0,370 |
| Insegurança | 0,155 | 0,220 | 0,061 | 0,704 | 0,483 |
| Obstáculo financeiro | 0,436 | 0,239 | 0,174 | 1,823 | 0,071 |
| Preferência variada | -0,009 | 0,192 | -0,004 | -0,044 | 0,965 |
| Divergência | 0,316 | 0,151 | 0,199 | 2,090 | 0,039 |
| Imaturidade | 0,332 | 0,162 | 0,194 | 2,047 | 0,043 |
| Decisão passiva | 0,055 | 0,176 | 0,029 | 0,312 | 0,756 |
| Aversão | -0,085 | 0,218 | -0,042 | -0,392 | 0,696 |
| Conflito externo | -0,026 | 0,217 | -0,011 | -0,119 | 0,906 |
| Realização | 0,330 | 0,243 | 0,122 | 1,356 | 0,178 |
| Escolha imutável | 0,208 | 0,187 | 0,114 | 1,114 | 0,268 |
| Narcisismo | -0,588 | 0,256 | -0,247 | -2,294 | 0,024 |
| Ênfase prestígio | 0,705 | 0,267 | 0,292 | 2,641 | 0,009 |
| Escolha salvadora | 0,023 | 0,149 | 0,014 | 0,153 | 0,879 |

O coeficiente de determinação ajustado foi de 0,245 ($F[16, 145] = 3,534; p = 0,001$). A análise do coeficiente indica 25% da variância, revelando que a indecisão profissional pode prever o pessimismo. Quanto às subsescalas estatisticamente significativas, Divergência entre interesse e habilidade, Imaturidade, Narcisismo e Obstáculo financeiro revelaram-se significativas.

Visando analisar as possíveis diferenças de médias entre as variáveis tipo de escola e sexo, a seguir são apresentados os resultados dos testes *t* de Student e o cálculo de tamanho de efeito (*d* de Cohen). Para o tipo de instituição escolar (pública ou privada), não foram encontradas diferenças de médias. No entanto, há que se ressaltar que houve efeito baixo no fator Ênfase na busca de prestígio e retorno financeiro do IDDP ($d = 0,43$) e em relação ao otimismo ($d = 0,32$) e ao pessimismo ($d = 0,38$).

A Tabela 3 refere-se à investigação das diferenças de médias em relação ao sexo. No IDDP as diferenças foram significativas para Insegurança e falta de informação, Imaturidade para a escolha e Conflitos com pessoas significativas, todos com tamanho de efeito moderados. Para otimismo e pessimismo não foram encontradas diferenças

estatisticamente significativas e os efeitos foram baixos ou irrisórios ($d = 0,17$ e $0,24$, respectivamente).

Os dados sugerem que os jovens do sexo masculino da amostra se sentem mais inseguros em relação a si mesmos e suas preferências ($p = 0,006$), mostrando a falta de estratégias para a obtenção de informações referentes ao processo de escolha da profissão ou carreira. No que diz respeito à Imaturidade para a escolha, os resultados também apontam para a superioridade de médias dos participantes do sexo masculino em comparação às médias das mulheres, permitindo inferir que eles se sentem mais despreparados que as jovens ($p = 0,001$). Assim, é possível compreender que para este público falte preparo para tomar a decisão sobre a profissão desejada, o que pode estar relacionado à desmotivação e decisão passiva para com o processo de tomada de decisão. As diferenças significativas, com maior média para o sexo masculino, também foram encontradas no fator Conflitos com pessoas significativas ($p = 0,001$), que engloba a desaprovação do meio quanto à escolha do jovem, bem como seus conflitos na dificuldade para realização da tomada de decisão.

Tabela 3

Médias, desvios padrão e valores de *t*, *p* e *d* por sexo

| | Sexo | <i>M</i> | <i>DP</i> | <i>t</i> | <i>p</i> | <i>d</i> |
|-----------------------------------|-----------|----------|-----------|----------|----------|----------|
| Insegurança e falta de informação | Masculino | 3,63 | 0,788 | 2,812 | 0,006 | 0,49 |
| | Feminino | 3,25 | 0,735 | | | |

Tabela 3 (continuação)
 Médias, desvios padrão e valores de *t*, *p* e *d* por sexo

| | Sexo | <i>M</i> | <i>DP</i> | <i>t</i> | <i>p</i> | <i>d</i> |
|---|-----------|----------|-----------|----------|----------|----------|
| Ênfase na busca de prestígio e retorno financeiro | Masculino | 4,11 | 0,657 | 1,131 | 0,260 | 0,19 |
| | Feminino | 3,98 | 0,710 | | | |
| Imaturidade para a escolha | Masculino | 3,48 | 1,044 | 4,192 | 0,001 | 0,72 |
| | Feminino | 2,73 | 1,008 | | | |
| Conflitos com pessoas significativas | Masculino | 3,95 | 0,621 | 3,898 | 0,001 | 0,67 |
| | Feminino | 3,49 | 0,735 | | | |
| Otimismo | Feminino | 12,70 | 2,030 | 0,971 | 0,333 | 0,17 |
| | Masculino | 12,34 | 2,237 | | | |
| Pessimismo | Masculino | 6,68 | 2,756 | 1,408 | 0,161 | 0,24 |
| | Feminino | 6,03 | 2,548 | | | |

Discussão

A presente pesquisa teve como objetivo analisar a relação entre indecisão profissional e otimismo/pessimismo em adolescentes aprendizes em fase de escolha profissional, assim como comparar os construtos quanto às variáveis sociodemográficas. Lipshits-Brazilier et al. (2017) salientam que o trabalho de orientação profissional é importante para jovens na transição do Ensino Médio para o Superior ou para o mercado de trabalho. Ademais, com as constantes mudanças no mundo das profissões e do mercado de trabalho, evidencia-se a necessidade de que o indivíduo se torne mais eficaz e autônomo, tanto nos processos de tomada de decisões, como nos de adaptação de carreira.

A escolha profissional mais adequada às características e necessidade pessoais dos indivíduos pode ser feita a partir do reconhecimento das decisões mais e menos importantes, para que o objetivo desejado seja alcançado (Kvasková et al., 2022; Primi et al., 2000). A Orientação Profissional, portanto, tem como principal objetivo o auxílio na compreensão das informações pessoais e profissionais, bem como o reconhecimento das potencialidades, especialmente as dos adolescentes, com vistas a minimizar a indecisão profissional (Al-Busaidi, & Alias, 2022; Ambiel et al., 2019).

Nesse particular, justifica-se a presente investigação, que pretendeu estudar construtos da Orientação Profissional à luz da Psicologia Positiva, especialmente no que diz respeito à associação entre indecisão e otimismo/pessimismo. O desafio era compreender em que medida a dificuldade para a tomada de decisão, mais especialmente, a insegurança, a falta de informação, a supervalorização dos aspectos financeiros, a imaturidade para escolher e os conflitos com pessoas significativas (Ginevra et al., 2012) estão atrelados à visão pessimista ou otimista da vida (Ahmad, & Nasir, 2022; Bastianello et al., 2014).

A análise de regressão linear foi realizada para verificar se as subescalas do IDDP predizem otimismo e pessimismo. No presente estudo, a indecisão esteve mais relacionada ao pessimismo. Tais resultados estão em consonância com a literatura, uma vez que o pessimismo está associado a baixos níveis de estratégias para a escolha de uma carreira (Nota & Rossier, 2015). A dificuldade financeira e a ênfase no prestígio foram os que mais contribuíram para explicar o otimismo. A amostra do presente estudo foi composta por jovens aprendizes, que adquirem o conhecimento de um ofício e que trabalham, em sua maioria. Possivelmente, suas limitações financeiras justificam o desejo por condições mais favoráveis (Ambiel et al., 2019; Ginevra et al., 2012; Primi et al., 2000).

Em relação ao pessimismo, as subescalas mais bem explicadas pela indecisão foram preferências diversificadas (divergência), autoadmiração e narcisismo, a ênfase no status e no prestígio e a imaturidade. Neste sentido, a expansão do mercado de trabalho, as modificações nos postos de ocupações e o mundo globalizado, já anunciados por Lipshits-Brazilier, et al. (2017), podem vir a dificultar a escolha. Se a preferência do jovem for por várias atividades com características distintas (divergência), a junção delas em uma única ocupação será mais árdua. Ao lado disso, para Primi et al. (2000), os jovens, especialmente de menor renda familiar, tendem a valorizar os aspectos econômicos das profissões. No estudo dos autores, ainda, os alunos de escolas particulares apresentaram maior grau de imaturidade para a escolha, o que não foi encontrado no presente estudo.

Pretendeu-se demonstrar que o otimismo e o pessimismo podem fornecer dados úteis para os processos de orientação profissional, embora Ambiel et al. (2019) tenham destacado que outras variáveis têm sido associadas à indecisão profissional. Garcia et al. (2015), por exemplo, encontraram associações entre autoeficácia

para a decisão de carreira e o otimismo com a carreira. A dificuldade de decidir pode ser explicada pelo apreço ao estudo, pela motivação, por questões culturais, pela autoeficácia para a escolha profissional, entre outros elementos não menos importantes, mas que não fizeram parte do escopo desse estudo (Bubic, 2017). A pesquisa de Al-Busaidi e Alias (2022) indicou que fatores pessoais explicam mais de 80% da autoeficácia para decisão de carreira, enquanto os achados de Tolentino et al. (2022) indicaram relações entre o otimismo e o bem-estar subjetivo de trabalhadores. Particularmente, Ambiel et al. (2019) analisaram, entre outras variáveis, a percepção dos filhos sobre as atitudes de seus pais sobre o processo de escolha profissional, sendo que ela foi explicativa da escolha profissional. Os autores concluem sobre a relevância dos pais no processo de escolha profissional e na necessária inclusão de outras variáveis quando da análise do processo.

No que diz respeito à análise de diferenças de médias em relação ao tipo de escola (particular e pública), não foram encontrados coeficientes significativos para o IDDP e o LOT-R Brasil, além de o efeito ter sido baixo. Assim, pode-se pensar que, para a amostra estudada, a natureza da escola não parece ser uma variável relevante, que auxilie na compreensão da indecisão e do otimismo/pessimismo. Os achados não corroboram os resultados de Primi et al. (2000). Os autores observaram que alunos de escolas públicas tendem a valorizar os aspectos econômicos das profissões, e os de escolas particulares apresentam maior grau de imaturidade para a escolha.

Foram encontradas diferenças significativas de médias para os sexos em três dos quatro fatores do IDDP, quais sejam, Insegurança e falta de informação, Imaturidade para escolha e Conflitos com pessoas significativas. Os dados podem indicar que os homens são mais imaturos e inseguros na tomada de decisão de carreira, além de possuírem conflitos com pessoas significativas em seu convívio social. Os dados supracitados não corroboram totalmente os estudos de Bastianello et al. (2014) e de van Wijk (2022), nos quais não foram encontradas diferenças significativas entre os sexos.

Ademais, este estudo apresentou uma particularidade, pois foram consideradas as dimensões do otimismo e do pessimismo. Tal como defendido por Blasco-Belled et al. (2022), quando olhados separadamente podem contribuir com a compreensão de ambos os conceitos. A título de finalização, sugere-se que outras investigações à luz da Psicologia Positiva sejam desenvolvidas na área de orientação profissional e de desenvolvimento de carreira, tendo em vista o pequeno número de estudos brasileiros. Acredita-se que a Psicologia Positiva pode agregar aos processos de orientação profissional, pois esta visa à exploração das potencialidades humanas, sendo essas informações importantes para tomadas de decisão relativas à

carreira (Oliveira et al., 2021). Tal como destacado por Oliveira et al. (2021), os estudos em Psicologia Positiva voltados à orientação profissional, embora ainda incipientes, têm evidenciado que empregados são mais felizes quando têm mais sucesso no trabalho, assim como podem favorecer o enfrentamento de situações difíceis ou ameaçadoras.

Considerações Finais

Acredita-se que o problema de pesquisa tenha sido respondido, qual seja, em que medida construtos positivos podem favorecer a compreensão do autoconhecimento, quando do processo de orientação profissional. Os achados revelaram que há relação entre a orientação otimista/pessimista dos jovens e a indecisão profissional. Isto posto, a indecisão pode ser minimizada por ações que estimulem a visão otimista da vida e se revela importante para promover o bom funcionamento do jovem e suas potencialidades (Ahmad, & Nasir, 2022).

Outro destaque a ser feito, refere-se à amostra utilizada. Ainda são incipientes os estudos com jovens aprendizes, apesar do programa de aprendizagem constar de Lei Federal nº 10.097/2000, intitulada Lei da Aprendizagem, que altera dispositivos da Consolidação das Leis do Trabalho – CLT, regulamentada pelo Decreto nº 5.598/2005 (Lei 10.097/2000). Seria oportuno que investigações de Orientação Profissional fossem desenvolvidas com este público em tais instituições, cujo objetivo é educar, orientar e acompanhar o desenvolvimento psicossocial dos adolescentes, encaminhando-os ao mercado de trabalho como aprendizes, lhes garantindo a oportunidade de um futuro de realizações pessoais e profissionais.

Como limitações do estudo, destaca-se o número desigual de participantes em relação ao tipo de escola (particular e pública), o que pode ser explicado pelo grupo avaliado, que possivelmente tem menor poder aquisitivo para pleitear educação paga. Destaca-se, ainda, que os fatores referentes à indecisão para a escolha profissional e otimismo e pessimismo podem estar permeados por outras variáveis (Ambiel et al., 2019), razão pela qual devem ser incluídas nas agendas de pesquisas e investigações que procurem esclarecer essas questões. As que poderiam ser incluídas em estudos futuros são aquelas que consideram possíveis interferências de pais e responsáveis nos comportamentos de adolescentes, como os estilos parentais e os suportes familiar e social. Ademais, considerar características pessoais, como níveis de sintomas de ansiedade e depressão, forças de caráter, bem-estar subjetivo e psicológico, autoeficácia para escolha profissional e autorregulação emocional, também são importantes para compreender os resultados.

Referências

- Ahmad, B., & Nasir, N. (2022). Choose to be optimistic, it feels better! The role of career decision-making self-efficacy on the relationship between boundaryless career orientation and career optimism. *South Asian Journal of Human Resources Management*, 1-27. <https://doi.org/10.1177/23220937221090413>
- Al-Busaidi, Z. A., & Alias, R. (2022). Personal and environmental factors influencing career decision-making self-efficacy: The moderation role of student career development program at Sultan Qaboos University. *Review of International Geographical Education*, 12(1), 592-612. <https://doi.org/10.48047/rigeo.12.1.50>
- Ambiel, R. A. M., Ferraz, A. S., Simões, N., Silva, J., & Pereira, E. (2019). Predição da definição da escolha vocacional a partir de variáveis familiares. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 37(1), 89-101. <http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.6193>
- Bastianello, M. R., Pacico, J. C., & Hutz, C. S. (2014). Optimism, self-esteem and personality: Adaptation and validation of the Brazilian version of the Revised Life Orientation Test (LOT-R). *Psico-USF*, 19(3), 523-531. <https://doi.org/10.1590/1413-827120140190030>
- Blasco-Belled, A., Rogoza, R., Torrelles-Nadal, C., & Alsinet, C. (2022). Differentiating optimists from pessimists in the prediction of emotional intelligence, happiness, and life satisfaction: A latent profile analysis. *Journal of Happiness Studies*, 23(5), 2371-2387. <https://doi.org/10.1007/s10902-022-00507-4>
- Bubic, A. (2017). The relevance of self-evaluations for students' career optimism. *Journal of Employment Counseling*, 54(3), 100-114. <https://doi.org/10.1002/joec.12059>
- Cerqueira-Santos, E., Melo Neto, O. C., & Koller, S. H. (2014). Adolescentes e adolescências. In L. F. Habingzang, E. Diniz, & S. H. Koller (Eds.). *Trabalhando com adolescentes: Teoria e Intervenção Psicológica*. (pp. 17-29). Artmed.
- Chui, H., Li, H., & Ngo, H. Y. (2022). Linking protean career orientation with career optimism: Career adaptability and career decision self-efficacy as mediators. *Journal of Career Development*, 49(1), 161-173. <https://doi.org/10.1177/0894845320912526>
- Cohen, J. (2016). A power primer. In A. E. Kazdin (Ed.), *Methodological issues and strategies in clinical research* (pp. 279-284). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14805-018>
- Daswati, D., Wirawan, H., Hattab, S., Salam, R., & Iskandar, A. S. (2022). The effect of psychological capital on performance through the role of career engagement: Evidence from Indonesian public organizations. *Cogent Social Sciences*, 8(1), 1-19. <https://doi.org/10.1080/23311886.2021.2012971>
- Garcia, P. R. J. M., Restubog, S. L. D., Bordia, P., Bordia, S., & Roxas, R. E. O. (2015). Career optimism: The roles of contextual support and career decision-making self-efficacy. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 10-18. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.02.004>
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 510-526. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.4.510>
- Ginevra, M. C., Nota, L., Soresi, S., & Gati, I. (2012). Career decision-making profiles of Italian adolescents. *Journal of Career Assessment*, 20(4), 375-389. <https://doi.org/10.1177/1069072712448739>
- Graebin, R. E., Matte, J., Larentis, F., da Motta, M. E. V., & Olea, P. M. (2019). O significado do trabalho para jovens aprendizes. *Revista Gestão Organizacional*, 12(1), 17-38. <https://doi.org/10.22277/rgo.v14i1.4100>
- Jemini-Gashi, L., & Kadriu, E. (2022). Exploring the career decision-making process during the COVID-19 pandemic: Opportunities and challenges for young people. *SAGE Open*, 12(1), 1-9. <https://doi.org/10.1177/21582440221078856>
- Kvasková, L., Hlad'o, P., Pališek, P., Šašinka, V., Ježek, S., Hirschi, A., & Macek, P. (2022). A longitudinal study of relationships between vocational graduates' career adaptability, career decision-making self-efficacy, vocational identity clarity, and life satisfaction. *Journal of Career Assessment*. <https://doi.org/10.1177/10690727221084106>
- Lei nº10.097. (2000, 19 de dezembro). Altera dispositivos da Consolidação das Leis do Trabalho – CLT, aprovada pelo Decreto-Lei no 5.452, de 1º de maio de 1943. Brasília, DF: Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/110097.htm
- Levin, N., Lipshits-Braziler, Y., & Gati, I. (2022). The identification and validation of five types of career indecision: A latent profile analysis of career decision-making difficulties. *Journal of Counseling Psychology*, 69(4), 452-462. <https://doi.org/10.1037/cou0000603>

- Lipshits-Braziler, Y., Gati, I., & Tatar, M. (2017). Strategies for coping with career indecision: Convergent, divergent, and incremental validity. *Journal of Career Assessment, 25*(2), 183-202. <https://doi.org/10.1177/1069072715620608>
- Marcionetti, J., Castelli, L. (2022). The job and life satisfaction of teachers: A social cognitive model integrating teachers' burnout, self-efficacy, dispositional optimism, and social support. *Int J Educ Vocat Guidance 23*, 441-463. <https://doi.org/10.1007/s10775-021-09516-w>
- Nota, L., & Rossier, J. (2015). *Handbook of life design: From practice to theory and from theory to practice*. Hogrefe. <https://doi.org/10.11588/nicenl.2015.1.20479>
- Oliveira, M. Z., Boucinha, D., & Febel, T. (2021). Interloquções entre a orientação profissional e de carreira e a psicologia positiva. In M. Rodrigues, & D. S. Pereira (Orgs.), *Psicologia Positiva – dos conceitos à aplicação* (pp. 313-326). Sinopsys.
- Paulino, D. S., Dutra-Thomé, L., & Bendassolli, P. F. (2021). Aduldez e o fenômeno nem-nem: gênero, educação e mercado de trabalho. *Revista Brasileira de Orientação Profissional, 22*(1), 1-15. <https://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2021v22n101>
- Primi, R., Munhoz, A. M. H., Bighetti, C. A., Porto, E. D. N., Pellegrini, M. C. K., & Moggi, M. A. (2000). Desenvolvimento de um Inventário de Levantamento das Dificuldades da Decisão Profissional. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 13*(3), 451-463. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722000000300013>
- Ran, Z. O. U., Zeb, S., Nisar, F., Yasmin, F., Poulouva, P., & Haider, S. A. (2022). The impact of emotional intelligence on career decision-making difficulties and generalized self-efficacy among university students in China. *Psychology research and behavior management, 15*, 865-874. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S358742>
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4*(3), 219-247. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- Tolentino, L. R., Lajom, J. A. L., Sibunruang, H., & Garcia, P. R. J. M. (2022). The bright side of loving your work: Optimism as a mediating mechanism between work passion and employee outcomes. *Personality and Individual Differences, 194*, 111664. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111664>
- Van Wijk, C. H. (2022). Psychometric description of the Life Orientation Test-Revised in a South African sample: A pilot study. *African Journal of Psychological Assessment, 4*(a51). <https://doi.org/10.4102/ajopa.v4i0.51>
- Villar, M. D. C. O., & Mourão, L. (2018). Avaliação do programa jovem aprendiz a partir de um estudo quase-experimental. *Trends in Psychology, 26*(4), 1999-2014. <https://doi.org/10.9788/TP2018.4-11Pt>

Recebido: 14/08/2023

1ª reformulação: 10/01/2024

Aceito: 01/02/2024

Sobre as autoras:

Ana Paula Porto Noronha é psicóloga, Mestre em Psicologia Escolar e Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas, com estágio pós-doutoral na Universidade do Minho, Portugal. Especialista em Avaliação Psicológica. Docente do Programa de Pós-graduação *Stricto Sensu* em Psicologia da Universidade São Francisco. Coordenadora do Laboratório de Avaliação de Características Positivas (LabC+). Bolsista produtividade em pesquisa 1A do CNPq.

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-6821-0299>

E-mail: ana.noronha8@gmail.com

Roberta Ramazotti Ferraz de Campos é pedagoga formada pelas Faculdades Integradas de Jaú, com pós-graduação *Lato Sensu* em Neuropsicologia pelas Faculdades Integradas Espírita e em Psicopedagogia pelo Instituto Passo 1 de Ensino, Pesquisa e Lazer. Mestre e Doutora em Psicologia na área de concentração Avaliação Psicológica pela Universidade São Francisco, com Bolsa CAPES. Possui experiência em docência na área da Educação, Psicopedagogia, Psicologia Positiva e Psicologia Organizacional. Atualmente é profissional da área organizacional referente à gestão de pessoas.

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-7679-4041>

E-mail: roberta.rfcampos@gmail.com

Leila Maria Ferreira Couto é engenheira civil pela Universidade Presbiteriana Mackenzie, historiadora pela Universidade São Marcos e psicóloga pela Universidade São Francisco. Especialização em Psicologia Positiva pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Mestre e doutoranda em Avaliação Psicológica pela Universidade São Francisco e integrante do Laboratório de Avaliação de Características Positivas (LabC+).

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-2004-1259>

E-mail: leilamfc@terra.com.br

Ana Paula Ozório Cavallaro é turismóloga pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas e pedagoga pela Universidade Luterana do Brasil. Extensão em Gestão da Qualidade da Vida nas Empresas pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), MBA em Desenvolvimento Humano e Psicologia Positiva pelo IPOG. Mestre e doutoranda em Avaliação Psicológica pela Universidade São Francisco e integrante do Laboratório de Avaliação de Características Positivas (LabC+).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5482-8028>

E-mail: anapaula_cavallaro@yahoo.com.br