



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

URSULA REGINA SCHMIDT AFFINI

**ADAPTABILIDADE DE CARREIRA E DIFERENCIAÇÃO DO *SELF* EM
ESTUDANTES CONCLUINTEs DO ENSINO SUPERIOR**

Orientador: Prof. Dr. Iúri Novaes Luna

FLORIANÓPOLIS, SC

2022

URSULA REGINA SCHMIDT AFFINI

**ADAPTABILIDADE DE CARREIRA E DIFERENCIAÇÃO DO *SELF* EM
ESTUDANTES CONCLUINTE DO ENSINO SUPERIOR**

Dissertação apresentada como requisito parcial
à obtenção de grau de Mestre em Psicologia,
Programa de Pós-Graduação em Psicologia,
Mestrado, Centro de Filosofia e Ciências
Humanas da Universidade Federal de Santa
Catarina.

Orientador: Prof. Dr. Íuri Novaes Luna

FLORIANÓPOLIS, SC

2022

**Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.**

Affini, Ursula Regina Schmidt

Adaptabilidade de carreira e diferenciação do self em
estudantes universitários concluintes do ensino superior /
Ursula Regina Schmidt Affini ; orientador, Iúri Novaes
Luna, 2022.

196 p.

Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa
Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Programa
de Pós-Graduação em Psicologia, Florianópolis, 2022.

Inclui referências.

1. Psicologia. 2. Adaptabilidade de carreira. 3.
Diferenciação do self. 4. Relações familiares. 5. jovens
universitários. I. Luna, Iúri Novaes . II. Universidade
Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em
Psicologia. III. Título.

Ursula Regina Schmidt Affini

Adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self* em estudantes concluintes do ensino superior

O presente trabalho em nível de mestrado foi avaliado e aprovado por banca examinadora composta pelos seguintes membros:

Prof^a Carina Nunes Bossardi, Dra.
Universidade do Vale do Itajaí

Prof^a Lígia Rocha Cavalcante Feitosa, Dra.
Universidade Federal de Santa Catarina

Certificamos que esta é a **versão original e final** do trabalho de conclusão que foi julgado adequado para obtenção do título de mestre em Psicologia.

Prof. Adriano Beiras, Dr.
Coordenação do Programa de Pós-Graduação

Prof^o Iúri Novaes Luna, Dr.
Orientador

Florianópolis, 2022.

“Este trabalho dedico a minha avó, que me ensinou o prazer e o conforto que a leitura e a música podem proporcionar em meio às transições da vida, e aos meus filhos que me inspiram diariamente a crescer.”

AGRADECIMENTOS

Realizar este trabalho teve um significado bastante importante para mim. Após um grande período distante do mundo acadêmico, poder retornar trouxe grandes desafios e também muito crescimento durante o processo. Não raras vezes, principalmente no início, tive dúvidas se seria possível concluir este trabalho. Com a chegada da pandemia, as aulas, colegas, e professores pareciam estar distantes. Porém o encorajamento e paciência por parte dos professores da disciplina de Métodos e Procedimentos foi fundamental para a continuidade e superação das dificuldades iniciais. O apoio dos colegas, e em especial das colegas também foi um diferencial, apesar dos limites impostos pelas aulas remotas pudemos nos aproximar, nos encorajar e nos animar durante o processo. De maneira especial, agradeço a aluna Rafaela Pacheco que foi parceira, vivenciando junto às mesmas etapas e angústias e superações do mestrado. Muita gratidão à aluna Fernanda Zatti que por tantas vezes me socorreu em dúvidas e me tranquilizou ao longo do processo.

Agradeço ao professor Iúri Novaes Luna, que inicialmente aceitou o desafio de me orientar e sempre incentivou pela busca de um tema que fizesse sentido para mim. Por meio de suas orientações me ajudou a definir e focar nos objetivos deste trabalho, sempre validando, dentro do possível as ideias trazidas por mim. Agradeço por todas as horas de dedicação, para muito além da orientação, envolvidas na leitura de meus textos. Pelas horas dedicadas a me orientar com paciência, observando tanto os detalhes como o todo do trabalho. Agradeço ainda pela oportunidade do estágio em docência, onde pude aprender muito sobre os detalhes de uma sala de aula, bem como poder participar e aprender sobre as formas de atuar em sala de aula.

Agradeço aos professores Rodolfo Ambiel e Ivânia Luna que fizeram parte da minha banca de qualificação, bem como agradeço as professoras Carina Nunes Bossardi e Lígia Rocha Cavalcante Feitosa por todas as contribuições.

Agradeço aos meus preciosos filhos Gustavo e Davi, que com paciência aprenderam a abrir mão de alguns momentos familiares, para que eu pudesse me dedicar ao estudo em muitos finais de semana. Agradeço à Roseane Oliveira pela parceria e pela rede de apoio. Se não fosse por seu apoio, seria impossível concluir esta jornada.

Agradeço aos meus pais pelo dom da vida, pelo modelo de superação de desafios por meio de trabalho e fé. Pelo sempre presente apoio por meio de suas orações e torcida. Agradeço a minha irmã Paula, por seu incentivo e encorajamento ao longo do processo. Agradeço ainda ao professor Carlos Grzybowski pela oportunidade da docência na pós-graduação em Terapia Familiar Sistêmica, que me motivou a buscar o mestrado. Agradeço a Deus pelas forças diárias e pela oportunidade da vida.

O sentimento de gratidão é bastante grande neste momento. Por cada pessoa, cada momento vivido, por meio dos quais pude crescer e aprender. Muito obrigada.

“Queria apenas tentar viver aquilo que brotava de mim mesmo. Por que isso me era tão difícil?” (Herman Hesse, Demian, 1925).

RESUMO

No mundo contemporâneo, em que o contexto sociolaboral se apresenta inconstante, jovens universitários se veem diante do desafio de ingressar no mercado de trabalho ainda durante ou após a conclusão de seus cursos universitários. Recursos de adaptabilidade de carreira, ou seja, controle, preocupação, curiosidade e confiança podem contribuir para este processo de transição. A adaptabilidade de carreira é um construto proveniente do modelo *Life Design* utilizado com frequência em estudos e intervenções de carreira na atualidade. Refere-se a recursos de adaptação diante de momentos de transição. De acordo com a literatura, o processo de conclusão do período universitário é afetado de forma significativa pelas relações familiares, bem como as afeta, na medida em que traz marcos de mudança para o jovem que se forma e se vê diante de novas responsabilidades e do desafio de desenvolver maior autonomia. Muitas famílias agem de forma superprotetora, outras dão apoio e espaço para o desenvolvimento do jovem no processo de construção de autonomia e independência financeira. Nesse contexto, o desenvolvimento de um *self* diferenciado permite que o jovem se responsabilize por suas escolhas na dimensão interpessoal, e aprenda a agir com objetividade diante de seus pensamentos e sentimentos (dimensão intrapessoal). Assim sendo, esta investigação possui como objetivo compreender de que forma a diferenciação do *self* se relaciona com a adaptabilidade de carreira em universitários concluintes do ensino superior. A pesquisa, delineada como estudos de casos múltiplos, foi desenvolvida por meio de entrevistas narrativas com seis adultos emergentes (idade entre 18 e 24 anos), concluintes do ensino superior. Nas entrevistas, as questões foram construídas tendo como base os constructos estudados, sendo que algumas utilizaram como base o inventário de diferenciação do *self* (DSI) e a escala de adaptabilidade de carreira (CAAS). A análise individual das entrevistas foi narrativa, seguida da discussão das relações observadas entre os casos estudados. Foi possível

distribuir os informantes em três categorias temáticas distintas, divididos de acordo com a evolução observada em seus processos de diferenciação do self e de recursos de adaptabilidade. A primeira categoria é composta por três jovens com o *self* direcionado em relação a posição do eu; da segunda categoria fazem parte dois jovens que se encontram no processo entre o eu posicionado e a fusão com o outro; e do última categoria faz parte uma jovem ainda mais conectada à relação de fusão familiar. Ao reforçar a relevância das relações familiares para a compreensão dos processos de carreira, por meio dos constructos diferenciação do self e adaptabilidade de carreira, este estudo qualitativo pretende contribuir para o desenvolvimento de pesquisas e o planejamento de intervenções de carreira, sobretudo com universitários durante o período da graduação.

Palavras - chave: diferenciação do *self*, relações familiares, adaptabilidade de carreira, estudantes universitários.

ABSTRACT

In the contemporary world, in which the socio-labor context presents itself inconstant, young university students are faced with the challenge of entering the job market in the middle or after the conclusion of their university courses. Career adaptability features such as control, concern, curiosity and trust can contribute to this transition process. Career adaptability is a construct derived from the Life Design model, frequently used in current studies, as well as in career guidance currently. Adapting to moments of transition contributes to overcoming the difficulties encountered in the process. According to literature, young adults in the process of completing their graduation period are affected by family relationships, as well as affects them in a significant way insofar as it brings change for the young person who graduates and faces the new responsibilities and faces the challenge of autonomy development. Thus, many families still act in an overprotective way, others provide support and space or the development of the young person in this process of building autonomy and financial independency. Therefore, the development of a differentiated self allows young people to take responsibility for their choices in the interpersonal dimension, and learn to act objectively in the face of their thoughts and feelings (intrapersonal dimension). Thus, this study aimed to understand in what way the differentiation of self relates to career adaptability in graduate students in the last year of graduation. The research, delineated as multiple cases studies, was developed through narrative interviews, with six emergent adults (age 18 to 24), in the last year of graduation,. In the interviews some questions were also inspired by instruments such as the Self Differentiation Inventory (DSI), and the Career Adaptability Scale (CAAS), used to access the repertoire of narratives of selected informants. The individual analysis of the interviews was narrative, followed by the discussion of the relationships made between the cases studied. The informants were divided into three groups according to the evolution observed

in their differentiation of the self process as well as the development of resources of career adaptability. The first group were composed by three young people with the self directed to the “I” position of the self; the second group was consisted of two young people in the process between the positioned self and the fusion with the others. And the last one group was part of a young woman more connected to the family fusion relationship. Reforcing the relevance of family relationship to the understanding of career processes, using the constructs differentiation of self and career adaptability, this qualitative study aims to contribute to the development of researches and the planning of career interventions with university students during the undergraduate period.

Key-words: differentiation of the self, family relationship, career adaptability, graduate students.

ANEXOS

ANEXO A: Questões Sóciodemográficas	188
ANEXO B: Inventário de Diferenciação do <i>Self</i>	190
ANEXO C: Escala de Adaptabilidade de Carreira (CAAS- Career Adapt-Abilities Scale)	193
ANEXO D: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	194

LISTA DE FIGURAS

Quadro 1 <i>Questões Gerais Subdivididas em Quatro Momentos relacionando os dois constructos.</i>	58
Quadro 2 <i>Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por P.</i>	71
Quadro 3 <i>Narrativas com base nos itens da Escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por P.</i>	74
Quadro 4 <i>Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por B.</i>	84
Quadro 5 <i>Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por B.</i>	86
Quadro 6 <i>Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por L.</i>	97
Quadro 7 <i>Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por L.</i>	102
Quadro 8 <i>Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por E.</i>	111
Quadro 9 <i>Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por E.</i>	115
Quadro 10 <i>Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por M.</i>	126
Quadro 11 <i>Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por M.</i>	128
Quadro 12 <i>Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por I.</i>	139

Quadro 13 <i>Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por I.</i>	142
Quadro 14 <i>Características sócio-demográficas de cada participante</i>	148
Quadro 15 <i>Exemplos de narrativas dos informantes P. E. e I.</i>	155
Quadro 16 <i>Exemplos de narrativas dos informantes M. e L.</i>	163
Quadro 17 <i>Exemplos de narrativas dos informantes B.</i>	168
Quadro 18 <i>Categorias temáticas 1, 2 e 3 comparativo entre suas semelhanças e diferenças.</i>	170

LISTA DE FIGURAS

<i>Figura 1.</i> Agrupamento das dimensões adaptabilidade de carreira e diferenciação do <i>self</i> com suas subdimensões.	57
<i>Figura 2.</i> Genograma estudo de Caso P.	66
<i>Figura 3.</i> Genograma estudo de Caso B.	78
<i>Figura 4.</i> Genograma estudo de Caso L.	90
<i>Figura 5.</i> Genograma estudo de Caso E.	105
<i>Figura 6.</i> Genograma estudo de Caso M.	119
<i>Figura 7.</i> Genograma estudo de Caso I.	132
<i>Figura 8.</i> Recursividade como caminho para entender a relação entre a diferenciação do <i>self</i> e os recursos de adaptabilidade de carreira	150

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CAAS - Escala de adaptabilidade de carreira.

CDP - Perfil de Decisão de Carreira.

CEPSH - Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos.

CNH – Carteira Nacional de Habilitação.

CNS - Conselho Nacional de Saúde.

DSI - *Differentiation of Self Inventory* (Inventário de Diferenciação do *Self*).

DSI-R - Escala de diferenciação do *self*.

EAC - Escala de Adaptabilidade de Carreira

ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente.

EAD – Ensino a Distância.

HD – *Hard Disk* – Disco Rígido.

LIOP - Laboratório de Pesquisa em Orientação Profissional.

QVA-r – Questionário de Vivências Acadêmicas

RH – Recursos Humanos

TCC – Teoria de Construção de Vida

UFSC – Universidade Federal de Santa Catarina.

UNESCO - Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura.

VUCA - Volátil, incerto, complexo e ambíguo.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	21
1.1 Objetivos.....	23
1.1.1 Objetivo Geral.....	23
1.1.2 Objetivos Específicos	24
2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	25
2.1 Teoria da Construção de Vida E modelo <i>Life Design</i>	25
2.1.1 Adaptabilidade de Carreira	30
2.2 A Teoria Geral dos Sistemas e o surgimento da Terapia Familiar	37
2.3 Adultez Emergente e Universidade	50
3. MÉTODO.....	56
3.1 Caracterização da Pesquisa	56
3.2 Participantes.....	56
3.2.1 Entrevistas narrativas	57
3.3 Escalas e Inventários.....	58
3.3.1 DSI-R - Inventário de Diferenciação do <i>self</i> (Anexo B)	58
3.3.2 EAC - Escala de Adaptabilidade de Carreira (Anexo C).....	60
3.3.3 Procedimento de Coleta de Dados	61
3.3.4 Análise dos dados	63
4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	65
4.1 Estudos dos casos.....	65
4.1.1 Estudo do caso de P.	65

4.1.1.1 Fatores Indexados	66
4.1.1.2 Fatores não indexados.....	67
4.1.1.3 Análise dos resultados	68
4.1.2 Estudo de caso B.....	77
4.1.2.1 Fatores Indexados	78
4.1.2.2 Fatores não indexados.....	79
4.1.2.3 Análise dos resultados	82
4.1.3 Estudo de caso L.	90
4.1.3.1. Fatores Indexados	91
4.1.3.2. Fatores não indexados.....	92
4.1.3.4. Análise da Entrevista	95
4.1.4 Estudo de caso E.....	105
4.1.4.1. Fatores Indexados	105
4.1.4.2. Fatores não indexados.....	107
4.1.4.3. Análise da Entrevista	110
4.1.5 Estudo de caso M.....	118
4.1.6.1 Fatores Indexados	119
4.1.6.2. Fatores não indexados.....	120
4.1.6.3. Análise da Entrevista	124
4.1.6 Estudo de caso I.	131
4.1.6.1 Fatores Indexados	132
4.1.6.2 Fatores não indexados.....	133

4.1.6.3 Análise dos resultados	137
4.2 Discussão dos resultados: diferenciação do <i>self</i> e adaptabilidade de carreira em formandos do ensino superior	146
4.2.2 Diferenciação do self e recursos de adaptabilidade de carreira: possíveis relações .	149
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	171
6. REFERÊNCIAS	1764
7. ANEXOS	188
ANEXO A: Questões Sóciodemográficas	188
ANEXO B: Inventário de Diferenciação do <i>Self</i>	190
ANEXO C: Escala de Adaptabilidade de Carreira (CAAS- Career Adapt-Abilities Scale)	193
ANEXO D: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	194

1. INTRODUÇÃO

A demanda empírica da prática clínica traz adultos confusos em relação à escolha profissional e relacionamentos familiares, a dúvida sobre a definição da escolha profissional bem como da atuação em suas carreiras relaciona-se com a angústia de se ter feito escolhas pessoais ou ainda com definição baseada nas expectativas familiares (Soares, 2002). Segundo jornal O Globo, notícia¹ publicada em 11/08/2020 um levantamento da consultoria IDados aponta que 525 mil trabalhadores com diploma, entre 22 e 25 anos, são considerados sobre-educados - exercem ocupações que não exigem faculdade, trazendo o questionamento a respeito de como tem sido o processo de adaptação a transição universidade-mercado de trabalho dos jovens universitários.

Dentro deste contexto tanto sociolaboral, como familiar deseja-se investigar a “Adaptabilidade de Carreira e Diferenciação do *self* em estudantes concluintes do ensino superior”. O construto da adaptabilidade de carreira é cunhado por Savickas (2005, 2012, 2013, 2015, 2021) e pertence ao modelo de Construção de Vida, presente entre os quatro objetivos do modelo, a saber: Narrabilidade, Adaptabilidade, Intencionalidade e Atividade. Muitas pesquisas têm sido realizadas sobre este tema (Savickas, 2005, 2012, 2013; Duarte et al., 2010; Ambiel, 2014). A Adaptabilidade pode ser entendida como um recurso psicossocial, autorregulador que modela as estratégias do indivíduo para que o mesmo possa atingir seus objetivos de adaptação diante de eventos de transição em diferentes etapas de vida, mudança para outro emprego, mudança de função e traumas (Savickas & Porfeli, 2012). A adaptabilidade integra quatro dimensões, Preocupação (com o futuro), Controle (autodisciplina), Curiosidade (avaliar diferentes possibilidades) e Confiança (como resultado das outras subdimensões, a capacidade de se ter um autoconceito baseado na realidade) (Savickas, 2012, 2013). Atualmente, existem muitos estudos sobre o tema

¹ A notícia completa pode ser acessada pelo *link*:
<https://g1.globo.com/economia/concursos-e-emprego/noticia/2020/08/11/no-brasil-40percent-dos-jovens-com-ensino-superior-nao-tem-emprego-qualificado.ghtml>

adaptabilidade de carreira (Savickas, 2005; Savickas & Porfeli, 2012; Duarte et al., 2010; Creed, 2009; Hirschi, 2015; Wang Fu, 2015; Ataç et al., 2018), entre outros. E no Brasil (Barros, Moreira, Martins & Ambiel, 2018; Ambiel, Martins, Tofoli & Campos, 2019; Santos & Oliveira, 2020), entre outros.

Quanto à relação familiar dos jovens em questão, pesquisas apontam para a influência da família na escolha vocacional, bem como na dedicação aos estudos (Bardagi & Hutz, 2008). Dentro desta temática, na perspectiva sistêmica, buscou-se estudar o construto desenvolvido por Bowen (1978) chamado diferenciação do *self*, sendo um *self* diferenciado; aquele que se responsabiliza por suas escolhas, tem um “eu” equilibrado e diferente dos outros que são significativos, sem, no entanto deixar de pertencer ao meio que lhe é importante. Sobre diferenciação do *self* e carreira de universitários existem no mundo estudos que abordam o tema (Buboltz, Johnson, Schamuhn & Nelson, 2014; Peleg & Biton-Idan, 2018; Sun, McHale & Updgraff, 2020), e no Brasil entre outros estudos trazem revisões sobre os trabalhos relacionando família e carreira (Fiorini, Moré & Bardagi, 2017; Vautero, Taveira e Silva, 2020).

O tema diferenciação do *self* aparece em trabalhos no Brasil relacionados com o tema relação entre pais e filhos numa pesquisa qualitativa (Martins, Rabinovich & Silva, 2008), diferenciação do *self* e relação conjugal (Bueno, Souza, Monteiro & Teixeira, 2013). Apenas um estudo quantitativo relacionando Diferenciação do *Self* e Adaptabilidade foi encontrado (Fiorini & Bardagi, 2018). Fiorini e Bardagi (2018), em sua pesquisa cujos participantes foram 800 jovens universitários, observaram uma relação entre a adaptabilidade de carreira e a diferenciação do *self*. Assim, a partir desta constatação das pesquisadoras e pela ausência de estudos qualitativos que relacionam os dois constructos dentro do que se pôde pesquisar, definiu-se o objeto a ser pesquisado neste estudo. Pretende-se assim, considerando a existência da relação entre adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self*, compreender de forma mais aprofundada como essa relação se

apresenta. Pressupõe-se que jovens em seu processo de diferenciação do *self* tornam-se mais responsáveis por suas próprias escolhas e possivelmente desenvolvem maiores recursos de adaptabilidade (controle, preocupação, curiosidade e confiança).

Além de contribuir para o avanço do conhecimento sobre o tema, os resultados da presente investigação apresentam-se relevantes para intervenções de carreira, nos âmbitos individual, grupal e organizacional. Para orientadores de carreira e psicólogos clínicos fornece subsídios, ou seja, uma compreensão baseada em evidências sobre a relação da adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self*, que possibilitam o aprimoramento de seus protocolos de intervenção. No âmbito da gestão universitária, seus resultados podem ser utilizados para a revisão e o aperfeiçoamento de políticas e práticas voltadas ao desenvolvimento de carreira de universitários, incluindo a discussão sobre a relevância da incorporação das famílias neste processo, mesmo se tratando de adultos emergentes.

Para averiguar e sustentar este pressuposto buscou-se realizar este trabalho da seguinte forma: após a introdução, que constitui a justificativa da relevância do tema estudado, se fará a exposição do objetivo geral e dos objetivos específicos. Em seguida apresenta-se a fundamentação teórica que embasa o presente trabalho. O capítulo subsequente apresentará o método utilizado para esta pesquisa, sendo seguido pelo capítulo que inclui a análise individual de cada informante da pesquisa e a discussão das análises em conjunto, partindo-se então para as considerações finais deste trabalho.

1.1 Objetivos

1.1.1 Objetivo Geral

A partir da pergunta: “Como a diferenciação do *self* se relaciona com adaptabilidade de carreira em estudantes concluintes do ensino superior?” definiu-se o objetivo geral da pesquisa como: Compreender de que forma a diferenciação do *self* se

relaciona com a adaptabilidade de carreira em universitários concluintes do ensino superior.

1.1.2 Objetivos Específicos

a) caracterizar o perfil sociodemográfico dos universitários participantes da pesquisa;

b) identificar como se apresenta a diferenciação do self em cada um dos estudantes investigados;

c) analisar a adaptabilidade de carreira dos estudantes pesquisados, considerando suas dimensões;

d) analisar como a diferenciação do *self* se relaciona com cada uma das subdimensões da adaptabilidade de carreira, sendo elas, o controle, a preocupação, a curiosidade e a confiança;

e) examinar a relação entre diferenciação do self e adaptabilidade de carreira, considerando as variáveis: apoio social significativo e experiências laborais.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Teoria da Construção de Vida e modelo *Life Design*

No início do século XX, com as mudanças sociais e econômicas em muitos locais da América do Norte e da Europa muitas pessoas mudaram da área rural para a área urbana em busca de melhores oportunidades econômicas advindas da Revolução Industrial (Herr, 2008). Porém muitos não se adaptavam ao trabalho bem como havia preocupação com as condições precárias de trabalho, principalmente para crianças que a partir de nove anos já trabalhavam cerca de 10 horas ao dia. Em meio a estes acontecimentos, por volta de 1909 surge um autor chamado Frank Parsons, que era engenheiro, advogado e preocupado com reformas sociais, e propôs um modelo de intervenção dividido em três partes (conhecimento de si por meio de questionários, conhecimento das oportunidades de sucesso com vantagens e desvantagens e o que ele chamava de relação lógica entre os dois). Estas ideias foram revolucionárias para a época e partiam do pressuposto de colocar a pessoa certa no lugar certo. A imagem deste modelo de trabalho vocacional seria a de um jovem diante de uma encruzilhada, procurando decidir pelo melhor caminho (Savickas, 2015).

Por volta da década de 1950 os orientadores vocacionais se propunham a ajudar adolescentes a fazer “a escolha” profissional, escolhas que seriam feitas para o resto da vida. A partir da década de 70, houve uma extensão da noção de desenvolvimento vocacional ao longo da vida, sendo que se passou a ter maior protagonismo de fatores socioeconômicos da família. O processo de escolha que até então era estático, passa a ser dinâmico e considerado evolutivo. Autores como Ginzberg (1951) e depois Tiedman e O’Hara (1963) passaram a dizer que as decisões tomadas pelos indivíduos ao longo da carreira dividiam-se em estágios de desenvolvimento (Lassance, Paradiso & Silva, 2011).

A imagem seria de um indivíduo subindo uma escada, onde cada degrau seria uma etapa evolutiva na carreira (Savickas, 2015).

Super nesta mesma época (década de 50) se torna um grande marco para as teorias desenvolvimentistas. Ele desenvolveu sua teoria entre os anos de 1950 a 1994. Ao longo deste tempo trabalhou com 14 proposições teóricas. Algo considerável nesta época foi o olhar para as etapas de vida e não mais apenas para o momento da escolha inicial (Super, 1980; Lassance et al., 2011). Super dividiu a vida e a relação com o trabalho em etapas evolutivas de desenvolvimento e as tarefas esperadas para cada uma delas. Super ainda passou a focar a partir da quarta proposição no conceito de maturidade vocacional, trazendo e desenvolvendo a ideia de que é necessário que se tenha condições afetivas (de motivação para planejar e explorar) e cognitivas (Informação, tomada de decisão e orientação para a realidade), este tema ocupou a maior parte de seu trabalho, sendo o termo de maturidade vocacional usado para a adolescência e para os adultos o termo usado era adaptabilidade de carreira (Super & Knasel, 1981). Com o tempo, o termo usado passou a ser adaptabilidade de carreira, tanto para adolescentes como para adultos. Super justificou que este conceito é mais conciliável com a ideia de que o desenvolvimento depende da personalidade e das experiências cotidianas, estas levariam o adulto a se tornar mais adaptável e maduro, bem como o desenvolvimento não se encerra na adolescência, mas segue pela vida adulta (Super & Knasel, 1981; Lassance et al., 2011).

Super dedicou-se ao estudo do autoconceito, o mais importante não é o que o indivíduo “é”, mas como ele “entende” seus autoconceitos. Sendo o autoconceito entendido como uma forma de “ser” e “se ver” em determinados papéis, e a soma destes papéis formaria um sistema de autoconceito (Super & Knasel, 1981; Lassance et al., 2011). Segundo Lassance et al.(2011), esta ideia agrega uma visão subjetiva a um campo até então objetivo, quando começa a se pensar que apenas o sujeito pode dizer sobre como “se vê” e “vê o mundo” ao seu redor.

Super (1950) contribuiu com um modelo voltado para uma sociedade mais estável composto por empregos duradouros. Porém com a chegada da revolução tecnológica e da globalização no final do século XX e início do século XXI, o mundo passou a experimentar mudanças constantes. Relações de trabalho que antes eram estáveis e duradouras se tornam, na maioria das vezes, imprevisíveis, flexíveis, e com contratos sem compromisso de um único empregador (Savickas, 2011).

Ao longo do século XX o trabalhador passaria todo seu percurso profissional em uma mesma empresa, mas no século XXI o trabalhador muitas vezes nem assalariado é, sendo empregado por contratos renováveis dentro do interesse da empresa e do indivíduo. Se antes apenas o adolescente e o jovem estudavam para adquirir sua formação, hoje, para se desenvolver em suas carreiras, as pessoas precisam estudar e adquirir novos conhecimentos constantemente no decorrer de suas vidas. Se antes era comum apenas um emprego, hoje dois ou mais trabalhos também fazem parte da realidade profissional de muitos sujeitos, ou seja, o trabalho passa a não mais necessariamente seguir um modelo ordenado (Duarte et al., 2010). Esta realidade torna-se ainda mais significativa em países em desenvolvimento, em que pessoas se deparam com contextos econômicos e políticos de grande transitoriedade, e são afetadas em suas próprias carreiras (Maree, 2015).

O tempo de hoje vem sendo chamado de VUCA (volátil, incerto, complexo e ambíguo) (Savickas, 2015), a individualização vem tomando o lugar da institucionalização, a reflexão e a busca por sentido tomam o lugar da tradição, poderia se dizer que se a modernidade construía os indivíduos fornecendo a eles sua identidade (estudar, trabalhar, casar), hoje a pós-modernidade requer que os indivíduos se construam através da modelagem de suas próprias identidades (Savickas, 2012, 2015).

Dentro deste novo contexto fez-se necessário o surgimento de um novo modelo que levasse em conta uma progressão não linear que pudesse contemplar as muitas mudanças, os processos dinâmicos de vida, um olhar não apenas para profissão, mas para a vida como

um todo, com perspectivas múltiplas e padrões vistos de forma individual (Duarte et al., 2010). O modelo da Construção de Vida traz consigo o desafio de produzir conhecimento para lidar com contextos complexos, não lineares, com as várias realidades subjetivas e uma modelagem que não é estática nem definitiva.

Há cinco pressupostos para se pensar este novo modelo: o primeiro trata da ideia de que a carreira não acontece e se desenvolve em situações controladas; o segundo pressuposto trata das estratégias de sobrevivência do indivíduo e da dinâmica de enfrentamento do mesmo, sendo isto mais importante do que adicionar conhecimento e informações, o foco está no “como fazer” e não “no que fazer”. O terceiro pressuposto trabalha a questão de um caminho da causalidade linear para dinâmicas não lineares, ou seja, embora aptidões e valores nucleares de um indivíduo são mais estáveis, eles não são permanentes, considerando que a pessoa se relaciona com o ambiente e se constrói e reconstrói constantemente, ela precisa de um aconselhamento que considera soluções sustentáveis que considerem todo o contexto. O quarto pressuposto foca na contínua construção e reconstrução das realidades subjetivas e variadas que o indivíduo vai construindo, sendo este um saber que só é possível a partir das práticas do mesmo, e não mais fruto de um saber a priori do conselheiro. O quinto pressuposto olha para a necessidade de se trabalhar o indivíduo que mesmo atuando em diferentes contextos possa entender suas estruturas fractais, ou seja, estruturas mais ou menos estáveis e que levam em conta diferentes variáveis (Duarte et al., 2010)

Este novo modelo se pauta em uma epistemologia do construcionismo Social, que entende o ser humano a partir de uma abordagem que o considera ao longo de todo o ciclo vital, levando em conta “quem”, “onde”, “quando” e “como” as capacidades e conhecimentos podem ser adquiridos; é visto de forma holística, sendo o trabalho visto como algo que é parte de um todo; contextual, considerando a importância do contexto social; e preventiva, pois a eficácia da abordagem é vista por meio de sua capacidade de

produzir mudanças significativas nas estórias das pessoas, somando em sua adaptabilidade, narrabilidade, atividade e intencionalidade. Dentro do ponto de vista construcionista, a noção de carreira considera o movimento, levando em conta as memórias do passado com seus significados, as vivências do presente e os desejos em relação ao futuro (Duarte et al., 2010).

Assim, sendo o *Life Design* um modelo que parte de um pressuposto construcionista, os objetivos principais são promover no sujeito a sua adaptabilidade, sua narrabilidade e atividade. Pode-se dizer que adaptabilidade refere-se à capacidade para enfrentar mudanças de forma adaptável e flexível, considerando cinco aspectos importantes ao se falar de adaptabilidade, que são a preocupação, o controle, a curiosidade, a confiança e a adesão (como citados anteriormente). Já a narrabilidade refere-se à continuidade por meio da narração de estórias que possam contribuir com o autoconhecimento, saber mais sobre a identidade, que possam ajudar o indivíduo a perceber-se em diferentes contextos. A atividade consistiria ir para além do que se fala (seu discurso), em direção às experiências de vida, que nesta concepção são essenciais para a construção de vida.

Savickas (2015) considera três momentos importantes no aconselhamento de carreira. Num primeiro momento o foco estava na escolha vocacional para o jovem em determinado momento da vida, conduzindo-o a um lugar em mundo estável. Num segundo momento o desenvolvimento de carreira foi ampliado, considerando etapas evolutivas ao longo da vida de uma pessoa. Atualmente ao invés de se pensar numa escolha para uma carreira para o resto da vida, pensa-se em adaptabilidade e preparação para diferentes possibilidades ao longo da vida.

De forma resumida, o modelo *Life Design* estrutura intervenções que:

- a) Constroem carreiras através de pequenas histórias;

- b) Desconstroem estas histórias e as reconstroem dentro de uma identidade narrativa;
- c) Co-constroem intenções que conduzem à pessoa a próxima ação em mundo real.

Através deste processo a pessoa entra em diálogo com seus próprios recursos no mesmo momento em que se reorganiza para fazer suas escolhas. Este processo se repetirá cada vez que houver uma descontinuidade na trajetória de vida do indivíduo (Savickas, 2015). Conceber o indivíduo em seu contexto significa identificar as relações entre os elementos do sistema, sendo a família um dos elementos, considerar o processo de construção de cada pessoa frente às influências que recebe às mudanças e dificuldades, e suas estratégias para o enfrentamento das situações.

A partir do entendimento do modelo *Life Design* segue-se com o aprofundamento do constructo Adaptabilidade de Carreira que é um dos objetivos deste modelo e fundamento desta pesquisa.

2.1.1 Adaptabilidade de Carreira

Adaptabilidade de Carreira é entendida como um conjunto de habilidades pessoais que favorecem a adaptação de carreira, habilidades que contribuem para a tolerância pessoal frente às incertezas e ambiguidades da vida, desenvolvendo flexibilidade e autonomia. Há alguns conceitos sobre o termo adaptabilidade, porém o conceito a seguir é escolhido como o que pauta este trabalho. Adaptabilidade refere-se à habilidade em adaptar-se frente a mudanças, traumas por meio de tolerância, resiliência, capacidade de pensar em estratégias que permitam flexibilidade e capacidade de atuar diante de um novo desafio (Savickas, 2013).

A adaptabilidade de carreira divide-se em quatro subdimensões, sendo elas: a preocupação, como sendo a capacidade de planejar de forma consciente e preparar-se para

o trabalho; o controle como responsabilidade, autodisciplina, e envolvimento nas decisões a serem tomadas; a curiosidade que envolve a relação entre o *self* do indivíduo e seu trabalho por meio da exploração e a atitude de arriscar-se, buscar todas as oportunidades pertinentes ao seu eu; e a confiança, que envolve autoestima e autoeficácia, ou seja, habilidade em resolver problemas e lidar com o estresse, subdimensão onde desembocam as três anteriores. Sendo a confiança então integrada, construída e construtora das subdimensões anteriores (Savickas, 2005; Savickas & Porfeli, 2012).

A adaptabilidade de carreira faz parte do processo de adaptação. Savickas e Porfeli (2012) descrevem o termo “*to adapt*”, “adaptar”, como a origem de vários significados dentro da teoria de Construção de Carreira, que se encadeiam sequencialmente, sendo o conceito anterior necessário para o seguinte. Adaptação seria a consequência final. Os conceitos partem da prontidão adaptativa, recursos de adaptabilidade, reações adaptativas até chegar aos resultados de adaptação.

Adaptação também pode ser traduzida como qualidade de ajuste, indicada através do sucesso, satisfação e desenvolvimento. Sendo a entrega final do indivíduo adulto diante do contexto e suas mudanças. Adaptação se refere às estratégias que cada pessoa usa para implementar seu *self* nos papéis de trabalho, sendo então a habilidade de harmonizar as respostas às necessidades externas de acordo com as habilidades internas. Adaptação ou qualidade de ajuste é indicada pelo sucesso, satisfação e desenvolvimento do indivíduo.

Para que a pessoa possua qualidade de ajuste diante das mudanças, bem como diante dos papéis ocupacionais, é necessário que ela possua a performance do comportamento adaptativo, a habilidade de adaptar-se. Esta habilidade envolve o domínio de uma pessoa diante das tarefas vocacionais, a capacidade de lidar com transições e traumas diante de um conjunto de funções existentes em uma mudança, sendo elas (orientação, exploração, estabelecimento, manutenção e desengajamento).

A prontidão adaptativa se refere à capacidade individual em ter disposição, prontidão, flexibilidade para a mudança. Porém, esta prontidão para a mudança não é suficiente, sendo necessários recursos de autorregulação para lidar com as novas situações (Savickas & Porfeli, 2012).

Adaptabilidade é considerada umas das mais importantes habilidades para que haja sucesso em tempos de turbulência como os atuais (Savickas & Porfeli, 2012). Para Rossier (2015) e Ladeira, Oliveira, Melo-Silva e Taveira (2019) a adaptabilidade de carreira faz parte de um todo que objetiva a adaptação, em uma escala, onde o objetivo a ser alcançado é a adaptação, o primeiro nível é a prontidão adaptativa, relacionada a traços de personalidade, como uma disposição para ser flexível e aberto à mudança. Num segundo nível, a adaptabilidade como um processo semelhante à autoeficácia e ou resiliência, por exemplo, que desencadearia um conjunto de respostas adaptativas como planejamento, decisão, exploração que resultariam por sua vez na adaptação.

A partir de uma busca em bases de dados internacionais como *SCOPUS*² e *WEB of SCIENCE*³ e nacionais como BVS psi⁴, SCIELO⁵ e Cappes periódicos⁶ com a palavra chave adaptabilidade de carreira circunscreveu-se os estudos mais atuais sobre o tema adaptabilidade de carreira em universitários. Ataç, Dirik e Tetik, (2018), investigaram a relação entre adaptabilidade de carreira e autoestima, no qual a função moderadora do suporte social nesta relação foi analisada com uma amostra de 313 adultos e constataram que: 1) autoestima aumenta a adaptabilidade de carreira, 2) suporte social percebido (amigos, família e pessoas significativas) prediz adaptabilidade de carreira e 3) suporte social percebido tem função moderadora na relação entre percepções da autoestima e

² *SCOPUS* é o maior banco de dados de resumos e citações da literatura com revisão por pares: revistas científicas, livros, processos de congressos e publicações do setor.

³ *A Web of Science* é uma plataforma referencial de citações científicas projetada para apoiar pesquisas científicas e acadêmicas com cobertura nas áreas de ciências, ciências sociais, artes e humanidades.

⁴ BVS psi é uma Biblioteca Virtual em Saúde.

⁵ SCIELO (Scientific Electronic Library Online) é um portal de revistas brasileiras que organiza e publica textos completos de revistas na *Internet*.

⁶ Cappes periódicos foi criado pelo Ministério da Educação do Brasil, é a biblioteca virtual que reúne e disponibiliza a instituições de ensino e pesquisa no Brasil o melhor da produção científica internacional.

subescalas da adaptabilidade de carreira. E ainda que altos níveis de suporte social facilitam uma maior conexão entre autoestima e adaptabilidade de carreira.

Há um estudo de Creed, Fallon e Hood (2009) que mostra correlação entre adaptabilidade de carreira e suporte social em uma amostra de 245 estudantes. Hirschi (2015) afirma que suporte social antecede a adaptabilidade de carreira. Fosco e Grych, (2010) afirmam que relações conflituosas com os pais trazem pouco senso de superação e eficácia a jovens universitários.

Bocciardi, Caputo, Fregonese, Langher e Sartori (2017) em um estudo com 237 pessoas de diferentes lugares e á atuantes no mercado de trabalho, perceberam que a autoeficácia no trabalho e na busca por trabalho bem como a educação desempenham um papel significativo na previsão de adaptabilidade de carreira. O desenvolvimento de autoeficácia pode dar suporte à adaptabilidade. E concluíram que a adaptabilidade de carreira pode resultar de vários fatores relativos ao indivíduo e seu contexto.

Wang e Fu (2015), em um estudo com 879 estudantes universitários constataram que suporte social promove autoeficácia e adaptabilidade de carreira. Seus estudos verificaram a importância da interação social para estudantes diante de desafios acerca da transição universidade-trabalho. Este suporte social para os autores é entendido como um todo que inclui família, professores, amigos e colegas de graduação. Eles afirmam ainda que os fatores citados acima do suporte social precisam ser entendidos como um todo ao invés de focar-se em um ou outro fator separadamente.

Zhou, Guan, Xin e Deng (2016) observaram em um estudo com 437 estudantes universitários chineses que teve por objetivo examinar entre eles os efeitos dos critérios de sucesso na carreira e locus de controle de carreira na variável autoeficácia na tomada de decisão de resposta adaptativa, com a adaptabilidade de carreira servindo como um mediador neste modelo. Concluíram que adaptabilidade de carreira media por completo os efeitos dos preditores em autoeficácia em tomadas de decisão em carreira, sugerindo que o

desenvolvimento de adaptabilidade de carreira em indivíduos é uma forma efetiva de facilitar o processo de tomada de decisão em carreira.

Romero, Figuera, Freixa e Llanes (2019) investigaram 17 estudantes universitários dentre os quais oito estavam recém formados e o restante distanciado dos cursos utilizando como base da pesquisa as quatro dimensões da adaptabilidade de carreira e perceberam que a narrativa pode atuar como ponte que facilita a transição e que os recurso de adaptação e estratégias de adaptabilidade são desenvolvidos pelo contexto, sendo a família um fator importante. Práticas profissionais como estágios, por exemplo, facilitam a exploração de si mesmo e a falta de exploração leva a carências de planejamento e controle da carreira e ainda a dificuldade de interpretar erros como parte da vida e crescimento podendo influenciar no abandono do curso.

Sverko e Barbarovic (2019) realizaram um estudo com estudantes adolescentes croatas que foi dividido em duas partes, a primeira parte foi um estudo longitudinal com 622 estudantes do 1º e 4º ano do ensino médio, onde se investigou as relações entre adaptabilidade e adaptação na adolescência e em um segundo momento estudaram as quatro dimensões do processo de adaptação considerando o papel do gênero e status socioeconômico em 299 estudantes do final do ensino médio. Em suas conclusões observaram que altos níveis de adaptabilidade aumentam comportamentos adaptativos e mais adiante contribuem para satisfação e engajamento. Eles consideraram ainda ser bastante importante fomentar adaptabilidade de carreira em estudantes do ensino médio, especialmente controle e preocupação por meio de construções narrativas no aconselhamento de carreira, pois segundo eles, estudantes com mais consciência, maior condição de autoavaliação, abertura e extroversão tem maior adaptabilidade de carreira.

No Brasil destaca-se um estudo de Ladeira, Oliveira, Melo-Silva e Taveira (2019) que relaciona adaptabilidade de carreira e empregabilidade, que teve por objetivo analisar o poder preditivo da adaptabilidade na empregabilidade em jovens no último ano do curso

de faculdade. Participaram da pesquisa 387 estudantes universitários, dos cursos de Psicologia, Medicina e Engenharia na sua maioria. Os instrumentos utilizados foram a Escala de Adaptabilidade de Carreira, a Escala de Desenvolvimento de Carreira de Estudantes Universitários e a Escala de Empregabilidade. Os resultados mostraram um efeito direto da adaptabilidade de carreira sobre a empregabilidade percebida, principalmente na dimensão interna da empregabilidade, podendo se dizer que a Adaptabilidade de Carreira é uma variável antecedente da empregabilidade percebida e esta relação é parcialmente mediada pelas respostas adaptativas. A dimensão Preocupação surge como único preditor individual de todas as dimensões da empregabilidade percebida na transição para o trabalho. As autoras concluem que as dimensões de adaptabilidade não são intercambiáveis e precisam ser vistas de forma multidimensional e assim merecem ser investigadas cada qual referente o que se busca pesquisar.

Ambiel e Salvador (2019) estudaram 351 trabalhadores com idade entre 18 e 65 anos com o objetivo de verificar se há relação entre adaptabilidade e autoeficácia ocupacional e observaram que na dimensão Controle indivíduos que tem mais responsabilidade e são ativos na construção de sua carreira individual tem maior a satisfação com a ocupação atual, além de tender a ter maiores rendimentos. Indivíduos que possuem elevado autoconhecimento e sempre buscam conhecimento sobre o mundo do trabalho possuem disposição para se envolver em novas atividades e buscar aprendizados, que são características da Curiosidade. Quanto à confiança, quando o trabalhador possui mais tempo de experiência maior é o nível de satisfação com a ocupação atual, maior a faixa de rendimentos e mais eficaz ele se sente em relação a sua carreira. Indivíduos que apresentam mais crenças de autoeficácia ocupacional demonstram também todas as dimensões da adaptabilidade mais desenvolvidas. Somente a dimensão controle foi capaz de prever o nível de satisfação com o trabalho atual. Assim, se o indivíduo se sente capaz e responsável para realizar suas tarefas somadas ao tempo em que exerce a função atual ele

terá maiores níveis de satisfação com a ocupação atual e com os rendimentos mensais. Sua adaptabilidade e autoeficácia estão intimamente relacionadas com a idade, com o nível de escolaridade, com os níveis de satisfação com a ocupação atual e rendimentos mensais.

Ambiel, Santos e Dalbosco (2016) em um estudo que objetivou verificar a relação entre vivências acadêmicas, adaptabilidade de carreira e motivos para evasão observaram que: 1) As expectativas que os estudantes têm acerca de sua carreira no futuro podem estar bastante relacionadas com as decisões de permanência ou desistência do curso. 2) O desenvolvimento de habilidade de adaptação de carreira pode exercer um papel favorável sobre as intenções de continuidade no curso de formação atual e progressão futura para a inclusão no mercado de trabalho. 3) A importância do comportamento exploratório por parte do aluno que cursa o ensino superior. 4) O aumento na subdimensão controle implica na diminuição da força dos motivos de evasão relacionados à dependência de outros e autonomia. 5) Pessoas que se sentem bem e confortáveis emocionalmente tendem a perceber como mais fracos os motivos para evasão por conta de maus relacionamentos neste contexto. 6) Os resultados relacionados a carreira devem ser mais fortemente abrangidos pelos estudos sobre adaptação acadêmica.

Santos e Oliveira (2020), afirmam que estudantes que possuem altos índices de adaptabilidade de carreira tendem a possuir maior empregabilidade e são mais bem sucedidos na transição universidade-trabalho.

Pode-se afirmar que há um grande desenvolvimento do tema no âmbito internacional e também no território brasileiro. Porém, dentro dos artigos revisados observaram-se poucos trabalhos relacionando adaptabilidade de carreira e família, considerando que muitos estudos internacionais afirmam a relação percebida entre suporte social e adaptabilidade de carreira em estudantes universitários (Creed, Fallon & Hood, 2009; Hirschi, 2015; Fosco & Grych, 2010; Wang & Fu, 2015; Zhou et al.,2016). Cabe destacar a integração proposta por este estudo com o intuito de trazer novos elementos para

a compreensão da relação entre os constructos adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self* dentro da perspectiva sistêmica, que será a seguir apresentada.

2.2 A Teoria Geral dos Sistemas e o surgimento da Terapia Familiar

O biólogo Ludwig Von Bertalanfy (1950) começou a ponderar se as leis que se aplicavam aos organismos biológicos podiam também ser aplicadas a outras áreas, desde o indivíduo aos sistemas maiores e mais complexos. A partir de seus estudos trouxe a construção de premissas importantes como a de que o todo é maior do que suas partes, para explicar o conceito ele usa o exemplo de um relógio que tem na explicação de seu funcionamento muito mais que uma pilha de peças de máquina reunidas, o ainda o exemplo de uma peça de música que é mais que uma pilha de notas. Bertalanffy transmitiu a importância de se concentrar no padrão dos relacionamentos dentro de um sistema ou entre os sistemas, e não na substância de suas partes. Suas ideias foram difundidas no campo da psiquiatria, psicologia, medicina, filosofia, história, educação e biologia. Bertalanffy procurou levantar questões ecológicas e éticas em todos os níveis do esforço humano, porque viu que há sistemas de crenças que têm tanto ou mais poder que os sistemas dos seres humanos. E ainda a ideia de equifinalidade que seria a capacidade dos organismos atingirem um determinado objetivo final a partir de diferentes condições iniciais e de diferentes maneiras. Suas ideias foram e ainda são base para os princípios norteadores da Terapia Familiar até hoje.

Quanto aos pioneiros da Terapia Familiar pode-se falar a princípio em dois grupos de Palo Alto um liderado por Gregory Bateson (1952) focado na comunicação e outro liderado por Don Jackson que estava focado em tratar famílias. Estes dois grupos em algum momento se unem para estudar a esquizofrenia. Em sequência se dedicam a estudar a comunicação familiar como parte do processo do desenvolvimento e retroalimentação da esquizofrenia. Este mesmo grupo formulou a hipótese de que a estabilidade na família é conseguida através de uma retroalimentação que controla o comportamento da família e de

seus membros, quando o sistema familiar é ameaçado ele se movimenta em direção ao equilíbrio ou à homeostase (Bateson, 1978). Por exemplo, se um filho ao sair de casa para estudar percebe o aumento da briga dos pais e a ameaça da separação, volta com sentimentos de insegurança, deixando de sair de casa para manter os pais unidos, como num mecanismo homeostático. Desta maneira o comportamento sintomático do filho serve à função cibernética de preservar o equilíbrio da família, mantendo os pais sem brigar.

Virgínia Satir (1964) também do grupo de Palo Alto via os membros perturbados da família como confinados em papéis familiares estreitos como vítima, conciliador, desafiador e salvador. Murray Bowen (1978) também estudou a relação de mães e filhos esquizofrênicos, o que o levou a formação do conceito de diferenciação, em linhas gerais a autonomia em relação aos outros e independência entre pensamento e sentimento (este conceito será detalhado mais a frente). Em seu projeto expandiu o conceito da simbiose mãe-filho para incluir o papel dos pais, o que o levou ao conceito de triangulação (desviando o conflito existente entre duas pessoas pelo envolvimento de uma terceira). O foco de seu trabalho era diminuir a reatividade emocional nas famílias para que os conflitos pudessem ser resolvidos. Pode-se destacar ainda Carl Withaker (1953) e Nathan Ackerman (1954), que não estavam voltados a desenvolver teorias, porém forma importantes influências na forma criativa de atuar com famílias, e introduzindo a impossibilidade de uma neutralidade do terapeuta na atuação frente às famílias, sendo Ackerman importante referência para o trabalho de Salvador Minuchin.

Embora não esteja entre os primeiros, é importante destacar Salvador Minuchin (1978) como um dos pioneiros da terapia familiar, sendo ainda hoje um dos mais influentes terapeutas de família. Ele foi psiquiatra, argentino, e desenvolveu uma abordagem familiar para lidar com jovens delinquentes em *Nova York*. Seu trabalho se voltou para o treinamento de terapeutas iniciantes e o foco do trabalho estava na estrutura familiar. Os conceitos trabalhados estavam voltados para as fronteiras emocionais que mantêm os

membros da família próximos ou distantes. Cada padrão, a proximidade conduzindo à aglutinação, ou à distância conduzindo à dispersão, pode ser mais ou menos funcional para uma determinada família.

Sintetizando, pode-se dizer que a terapia familiar nasceu na década de 1950, desenvolveu-se na década de 1960 e chegou à maturidade em na década de 1970. Inicialmente o foco estava no olhar para a família como uma unidade, seguidamente houve uma cisão entre as escolas da época. Na década de 70 houve destaque para a terapia familiar estrutural de Minuchin, já na década de 80 as terapias de família estratégica e sistêmica se tornaram mais evidentes, com a importante participação dos grupos de Milão.

A partir da década de 90 até os dias atuais o construcionismo social vem sendo estudado como um paradigma adotado na perspectiva sistêmica contemporânea para entender os processos relacionais nas famílias sem desconsiderar o indivíduo. Lynn Hoffman (1995), Sheila McNamee e Kenneth Gergen (1995; 2020), entre outros estudam esta perspectiva. Salvador Minuchin, Michael Nichols e Wai-Yung Lee (2009) terapeutas que trabalham dentro de uma perspectiva estruturalista, em sua breve revisão sobre o desenvolvimento da terapia familiar descrevem sobre a transição da ênfase original nas interações familiares para o foco na construção narrativa da experiência ou ainda, das relações interpessoais à cognição individual. Segundo os autores a ponte da terapia familiar do século XXI está no construcionismo social: a ideia de que a experiência é uma função da forma como se articula os eventos, isto é, as histórias com as quais se descreve o vivido. Para Hoffmann (1995) a metáfora central passa a ser a conversação. Assim as ideias, os conceitos e as recordações surgem do intercâmbio social mediado pela linguagem.

A perspectiva sistêmica se deslocou de uma visão externa para uma visão interna do indivíduo (Boscolo & Bertrando, 2021). Se antes o olhar estava para o sistema familiar como um todo, nesta perspectiva o foco está na forma como cada indivíduo entende e interpreta esta relação, entendendo que a forma de pensar acontece no domínio comum.

Somente através da conversação contínua com os íntimos o indivíduo desenvolve um sentido de identidade ou uma voz interna (Hoffman, 2020).

Dentro da construção social é importante desenvolver o conceito de narrativa, pois não seria possível possuir conhecimento direto em relação ao mundo, o que se sabe sobre a vida passa pelo vivido por cada pessoa (White & Epston, 1990). Para a construção de sentido do que foi experimentado e para que o indivíduo se expresse a experiência precisa ser narrada e a forma como é contada permite que se compreenda o significado atribuído à mesma. Ao se esforçar para dar sentido à vida, as pessoas precisam organizar suas experiências em sequências ao longo do tempo desta forma construindo um relato coerente de si mesmas e do mundo que as cerca. Passado e presente se inter-relacionam em sequências temporais construídas pelo indivíduo que conta sua história. “O êxito neste processo narrativo permite às pessoas um senso de continuidade e significado em suas vidas, trazendo organização da vida diária e interpretação das diferentes experiências.” (White & Epston, 1990).

Ainda sobre o pensamento sistêmico, MacMahon (2015) define oito conceitos para que se possa entendê-lo (dentro de uma visão narrativa):

- 1- A noção de inteiros e partes é central para a teoria de sistemas, sendo assim, as aproximações são holísticas e reconhecem a interdependência entre os elementos dos sistemas e subsistemas;
- 2- O funcionamento dentro e entre os sistemas leva ao desenvolvimento de padrões e regras de interação;
- 3- Basear-se em relacionamentos casuais, simples e lineares não é efetivo por causa da multiplicidade e complexidade das interações dentro e entre os sistemas que se baseiam na acausalidade;
- 4- Recursividade refere-se às múltiplas relações não lineares dentro e entre os sistemas, não lineares no sentido de que não são de causa e efeito, antes fazem

parte de uma rede complexa em há trocas, não necessariamente na mesma força e intensidade. Sendo a recursividade a interação entre e dentro das influências de um determinado contexto em relação ao indivíduo;

- 5- Os sistemas são complexos e estão sempre passando por mudanças na medida em que são expostos a *feedbacks* externos;
- 6- Os sistemas podem ser abertos ou fechados, sendo que no sistema aberto há relação com o externo e no sistema fechado não há abertura para a relação e interferência do externo;
- 7- Em função da multiplicidade de influências entre os sistemas, uma lógica voltada para os padrões de funcionamento é mais efetiva do que um pensamento de causa e efeito e permite um afastamento necessário para que se possa entender o sistema;
- 8- Para que haja sentido na interação entre os sistemas, o uso da narrativa é essencial, pois permite que o indivíduo encontre sentido diante da complexidade e dinâmica que há nas interações. Assim, a teoria dos sistemas e a aproximação da narrativa permitem uma integração no aconselhamento de carreira.

2.2.1 A Diferenciação do *Self* e carreira

A diferenciação do *self* é um conceito construído a partir do pensamento sistêmico. Esta teoria foi desenvolvida inicialmente por Bowen na década de 70, a partir de seus trabalhos em hospitais psiquiátricos, onde observou a relação mãe-filho. Bowen concentrou-se em estudar duas forças vitais que se contrabalançam, aquelas que ligam as personalidades na união familiar e aquelas que lutam para se libertar rumo à individualidade. O ideal é que estas duas forças estejam em equilíbrio, o desequilíbrio em direção da união é chamado de fusão, aglutinação, e indiferenciação, já o desequilíbrio em direção ao rompimento seria o corte emocional (Nichols & Schwartz, 1998). A

diferenciação, que se refere à autonomia, auxilia as pessoas a não ficarem presas em polaridades reativas. A reatividade emocional, presente em pessoas fusionadas com sua família de origem, resulta em posições polarizadas: perseguidor-distanciador, superfuncionamento/subfuncionamento, entre outros. Bowen desenvolveu conceitos para expressar a tensão a partir da relação simbiótica mãe-filho, massa indiferenciada do ego familiar, até chegar na fusão/diferenciação. A premissa central é que o apego emocional não resolvido deve ser destrinchado e não passivamente aceito ou reativamente rejeitado, antes de poder se diferenciar uma personalidade madura e saudável (Nichols & Schwartz, 1998).

A diferenciação do *self* é ao mesmo tempo um conceito intrapsíquico e interpessoal. A diferenciação intrapsíquica é a capacidade de separar o sentimento do pensamento. As pessoas não diferenciadas dificilmente conseguem diferenciar sentimento de pensamento, com dificuldade de pensar de forma objetiva, podem se deixar governar por aqueles que a cercam. A ausência de separação entre sentimento e pensamento ocorre juntamente com a ausência de diferenciação entre si próprio e os outros. E assim tendem a agir sem pensar com clareza, e reagem aos ditames de membros da família ou de outras figuras de autoridade de forma emocional, tanto positiva como negativa. Seguem sendo dependentes ou ainda pseudo-independentes. Já a pessoa diferenciada é capaz de equilibrar pensamento e sentimento, sentir emoções fortes e ser espontânea, mas também capaz de ser objetiva e resistir à pressão dos impulsos emocionais. Possuem opiniões claras sobre o que pensam, decidem em que acreditam e então tomam decisões. Isto lhes permite estar em contato íntimo com os outros, sem ser absorvido pela relação com o outro (Nichols & Schwartz, 1998).

O bebê nasce completamente dependente de sua mãe, e ao longo de seu desenvolvimento, torna-se autônomo para ser responsável por si mesmo, numa relação de interdependência com sua família de origem. Esta interdependência não é nem um

rompimento, ou corte emocional com sua família, e já não é uma dependência total, a este processo de diferenciação em relação a massa indiferenciada familiar, dá-se o nome de diferenciação do *self*, este processo é um processo de adaptação, na medida em que permite que o indivíduo se aproprie de seus valores, formas próprias de pensar ao mesmo tempo em que consegue manter uma ligação sem sentir-se ameaçado quando há a aproximação de outro indivíduo (Kerr & Bowen, 1988). A família é um sistema relacional que vai além do indivíduo e que articula entre seus membros vários componentes individuais, que se inter-relacionam como num sistema aberto. Sendo assim, não é possível desconsiderar a família quando se investiga o indivíduo (Andolfi, 1984).

Skowron e Friedlander, (1998) construíram um inventário com base nas duas dimensões intrapsíquica e interpulsíquica, tendo sido revisada por Skowron e Schmitt (2003) e adaptada para o contexto português por Major, González, Miranda, Rousselot e Relvas (2014), (os estudos de evidência serão citados mais adiante quando serão descritas as escalas utilizadas nas entrevistas) Dentro desta escala a diferenciação do *self* é vista como um conceito multidimensional, que envolve a dimensão intrapessoal (equilíbrio entre intelectual e emocional) e a dimensão interpessoal (intimidade e autonomia). Sendo que a dimensão intrapessoal se refere à capacidade de se autorregular, de pensar de forma clara diante de tensões, se acalmar diante de pressões, e manter um *self* sólido diante de diferentes relações importantes para o sujeito. Já a dimensão interpessoal do *self* refere-se à capacidade de possuir intimidade com outros mantendo a autonomia.

Estas duas dimensões se subdividem em quatro, sendo elas Reatividade Emocional (11 itens) que indica a capacidade emocional para responder a estímulos ambientais com base em respostas automáticas, *Cut-off* emocional (12 itens) limite ou distanciamento emocional bem como receio em ter intimidade com outros, Posição do Eu (11) remete a um sentido claro do *self*, com valores e convicções, mesmo quando o ambiente se mostra

contrário, Fusão com os outros (12) identificação e envolvimento emocional, podendo gerar dependência.

A ansiedade pode ser alta no jovem adulto que ainda não está pronto para ingressar na carreira de escolha da adolescência, esta ansiedade pode misturar-se a angústia dos pais quanto à capacidade do filho “conseguir” se colocar no mercado de trabalho. Sendo que a energia despendida do filho para “provar” sua capacidade deixa de ser usada para fins de definir sua carreira. Do outro lado estão os pais às voltas com saída do filho de casa e a necessidade de se revisitarem enquanto casal num novo momento do seu ciclo vital (lançando os filhos e seguindo em frente) (Carter & McGoldrick, 1995). O filho então que tem dificuldade para se diferenciar desta massa a priori única, terá dificuldade em olhar para sua vida adiante, já a pessoa que consegue se diferenciar passa a ter um olhar mais apurado para si, pensando aqui nas dimensões da adaptabilidade, para ter controle sobre si e sobre seu trabalho, curiosidade para explorar as possibilidades futuras, preocupação o suficiente para se planejar e confiança pessoal para acreditar que consegue.

Johnson, Schamuhn, Nelson e Buboltz (2014) realizaram um estudo com 231 estudantes universitários, e utilizaram os seguintes instrumentos: - perfil sócio-demográfico; - Escala de Diferenciação do *Self* (DSI) (Skowron & Friedlander, 1998); - o teste “*My Vocation Situation*” conhecido no Brasil como Riasec, Holland, Daiger & Power (1980); e – Perfil de Decisão de Carreira, CDP, Jones e Lohmann (1998).

Os resultados encontrados apontam uma conexão entre diferenciação do *self* e desenvolvimento de carreira em jovens adultos. Especificamente, altos níveis de diferenciação predizem níveis elevados de identidade vocacional e dos seis níveis das subescalas do CDP (Decisão, Conforto, Autoclareza, Conhecimento, Determinação, e Importância da Escolha na Carreira). No que diz respeito ao *cut-off* emocional, os níveis elevados predisseram baixos níveis na identidade vocacional e em cinco das seis subescalas do CDP (exceção para a Autoclareza), diferenciação do *self* levado ao extremo

e de forma exclusiva, sem pertencimento não conduz a um processo saudável de carreira para jovens adultos. *Cut-off* emocional é segundo um processo reativo que aparenta afetar negativamente o processo de desenvolvimento. No que diz respeito à reatividade, os altos níveis desta escala predisseram baixos níveis na identidade vocacional e baixos níveis na determinação. Pessoas reativas ou em *cut-off* emocional, embora ansiosas por tomarem decisões quanto à carreira, não estão prontas para fazer escolhas e desenvolver uma identidade vocacional estável (Johnson et al., 2014).

Outro achado interessante da pesquisa foi que altos níveis em fusão com os outros também indicam baixos níveis em determinação, sendo que fusão reflete um sobrenvolvimento com outros, especialmente com pais, indicando certo grau de dependência e uma tendência em viver e repetir o modelo de funcionamento dos outros, especialmente de seus pais. Quanto à posição do Eu, altos níveis desta escala predisseram altos níveis em Identidade Vocacional e Níveis elevados em cinco subescalas do CDP (exceção para importância da escolha na carreira). O que revela que pessoas com senso claro sobre si mesmas e habilidade de aderir as suas próprias convicções quando pressionadas, têm um desenvolvimento de carreira saudável (níveis elevados de identidade vocacional e grande capacidade para tomar decisões referentes a escolha de carreira). Assim, um indivíduo com nível elevado de posição do Eu poderá ter maior capacidade e energia para direcionar sua vida, especialmente no que tange o processo de desenvolvimento de carreira.

Quanto aos estudos voltados para o tema família e carreira ressalta-se o de Bardagi, Fiorini e Moré (2017) em uma revisão integrativa a respeito dos estudos realizados com o tema família, adulez jovem e desenvolvimento de carreira no contexto brasileiro nos anos de 2006 a 2016. As autoras levantaram 17 estudos dentro do tema, e os categorizaram em cinco diferentes subtemas:

- a) Transição para a vida adulta: projeto de vida e carreira, a avaliação das autoras quanto a este tema traz uma ideia dos impactos do individualismo na construção do projeto de vida dos jovens adultos atuais, onde o foco está na autonomia e liberdade individuais;
- b) Família: ninho cheio e questões de carreira durante a adultez jovem, as pesquisas revistas mostraram que o aumento das exigências do mercado de trabalho e as dificuldades de entrada no mesmo são um dos principais motivos para a permanência dos jovens em casa. O que para as autoras, não significa necessariamente uma não autonomia dos jovens em relação aos pais;
- c) Casamento, conjugalidade e carreira do jovem adulto: percebeu-se que os jovens vêm colocando a carreira e trabalho na frente das questões conjugais, tanto os homens como mulheres, porém ainda as mulheres parecem assumir em maior parte as funções do lar.
- d) Gênero no desenvolvimento de carreira do jovem adulto: aqui se percebeu questionamentos quanto ao papel do homem e da mulher nos modelos tradicionais do homem como provedor e da mulher como cuidadora do lar e dos filhos, e embora exista uma busca dos dois gêneros pela autonomia financeira, as mulheres ainda parecem priorizar o desejo de casar e ter filhos, ao que as autoras ressaltam como um dado muito possivelmente ligado a questões culturais;
- e) Família e desenvolvimento de carreira durante o período universitário: nos quais se observou duas percepções distintas, uma em que os pais se percebem atuantes e apoiadores no processo de formação dos filhos e outra em que os filhos avaliam a comunicação com os pais como distante e com pouco apoio. Ainda destacam que como a maioria das pesquisas refere-se a jovens universitários, que vem de uma população mais favorecida, este resultado não contempla a

realidade como um todo, como por exemplo, de jovens adultos que não tiveram acesso à universidade e foram para o mundo do trabalho.

Dentro de um panorama geral as pesquisadoras destacam a prevalência de estudos com métodos qualitativos dentro do tema, bem como ausência de investigações com métodos mistos e carência de estudos quantitativos e longitudinais. As autoras ainda destacam um possível viés em função da maioria dos estudos serem estudos de caso, bem como voltados para uma região específica do Brasil e por ser voltada a um público da classe média alta. A idade dos jovens investigados ficou entre 20 a 31 anos de idade.

Segundo Fiorini et al.(2017) a relação entre diferenciação de *self* desenvolvimento de carreira ainda é pouco explorada, mesmo em âmbito nacional. Outra possibilidade seria investigar papel da família durante o período acadêmico dos filhos, bem como pesquisas que levem em conta diferentes modelos de família.

Há ainda o estudo de Vautero, Taveira e Silva (2020) que teve por objetivo uma revisão sistemática de 72 artigos que foram analisados de forma narrativa (abordagem qualitativa) para pesquisar a influência da família na tomada de decisões de carreira. Sendo que numa síntese subdividiram os trabalhos em fatores de processo (relativos às relações de pais e filhos) e fatores de estrutura (questões relacionadas a nível socioeconômico). Sobre os fatores processuais 19 trabalhos se referiam a apoio parental, onze sobre apego, nove sobre expectativas, cinco sobre conflito, quatro sobre comunicação, cinco sobre estilos parentais, quatro sobre autonomia em relação aos pais, três sobre coesão, entre outros. Os fatores estruturais referiam-se a emprego parental (13), nível socioeconômico (10), entre outros. Eles identificaram ainda que mais da metade dos estudos foram realizados com adolescentes e jovens adultos, entre 12 e 24 anos. E destaque para estudos psicodinâmicos, estudos da Teoria Social Cognitiva do Desenvolvimento de Carreira (como autoeficácia), sendo estes a grande maioria, e ainda alguns estudos com base na teoria sistêmica. Conforme os autores, a conclusão repetida na maior parte dos

trabalhos é de que a família exerce uma indiscutível força nas decisões de carreira. Não foi observado nenhum trabalho relacionado a diferenciação do *self* e tomada de decisão em carreira. Eles propõem que trabalhos futuros poderiam contemplar estudos focados na implementação de carreira, sendo esta entendida como a condição de sustentar, manter a escolha realizada, considerando dimensões como comprometimento, satisfação e adaptação, e sua relação com a família. Ou seja, pesquisas voltadas para a relação família e implementação da decisão de carreira. O que os mesmos chamam de implementação de carreira, muito se assemelha a Teoria de Construção de Carreira e ao constructo adaptabilidade de carreira, quando fala de comprometimento, satisfação e adaptação, que são algumas das dimensões estudadas neste construto.

Sun, McHale e Updegraff (2020) pesquisaram 236 adolescentes entre 15 e 16 anos e seus pais, e 10 anos depois, os mesmos jovens adultos que estavam na faixa dos 26 anos, tendo por objetivo analisar a relação entre adolescentes e seus pais e mães e a influência dos pais na carreira destes jovens e o papel mediador da prontidão adaptativa nesta relação. Seus resultados revelaram que a prontidão adaptativa media por completo a conexão entre mãe e adolescente, de forma que a qualidade da relação desta díade influencia no desenvolvimento da prontidão adaptativa do adolescente de forma direta e no prestígio ocupacional do jovem adulto de forma indireta, segundo os autores possivelmente por estarem mais envolvidas com os adolescentes. Porém a relação pai-filho não foi significativa nem direta, ou indiretamente com relação ao prestígio ocupacional, mas foi um covariante importante, enquanto a educação da mãe não foi significante neste quesito. Eles sugerem estudos interventivos que promovam a qualidade das relações entre família e adolescentes bem como sua prontidão adaptativa usando desenhos controlados.

O estudo de Peleg e Biton-Idan (2018) teve por objetivo examinar associações entre auto-eficácia e várias dimensões dos padrões familiares, diferenciação do *self*, satisfação com diferenciação do *self* e triangulação intergeracional. Com uma amostra de 393

estudantes universitários de Israel. O estudo compreendeu pessoas do sexo masculino, e 252 do sexo feminino, 264 judeus e 129 árabes. Para isso foram usadas escalas de diferenciação do *self* e autoeficácia e uma escala semiprojetiva de satisfação com a diferenciação do *self* e triangulação intergeracional. Autoeficácia teve correlação positiva com diferenciação do *self* e negativa com triangulação intergeracional. Diante dos resultados os autores sugerem que pessoas mais diferenciadas costumam ter maior autonomia em seus relacionamentos, sem sentirem-se sufocados ou com um medo debilitante ou ainda com ansiedade fruto de um medo de abandono. Ainda a diferenciação do *self* se mostrou positivamente correlacionada à superação e ajustamento. Os resultados do estudo mostraram uma correlação positiva entre autoeficácia e a diferenciação do *self* (especialmente a posição do Eu). Sendo que autoeficácia e corte emocional não se correlacionaram. Este estudo reforça a importância do estudo de Bowen (1978) bem como relaciona o bem-estar do indivíduo com um *self*-diferenciado. Alguns autores sugerem terapia familiar para os estudantes universitários, para que possam sair de triangulações familiares e diferenciarem-se enquanto indivíduos.

Para Manzi, Vignoles, Regalia e Scabini (2006) indivíduos mais diferenciados demonstram mais satisfação com suas vidas. Há muitos estudos na atualidade que relacionam a diferenciação do *self* e relacionamento conjugal, (Cepukiene, 2020; Rodríguez-González, Lampis, Murdock, Schweer-Collins & Lyons, 2020; Isik, Özbiler, Scheer-Colins & Rodríguez- Gonzalez, 2020). Tais estudos não serão apresentados neste trabalho, porém revelam que o tema diferenciação do *self* vem sendo amplamente estudado na atualidade, mas com foco em relacionamento conjugal.

No Brasil há um estudo quantitativo recente de Fiorini & Bardagi (2018) que teve por objetivo analisar as relações entre funcionamento familiar, diferenciação do *self* e adaptabilidade de carreira de 800 universitários. As autoras trouxeram as seguintes considerações: jovens adultos que têm limites construídos em suas relações familiares

tendem a se adaptar a esta etapa de carreira com maior facilidade. Comunicação familiar e satisfação com relação à família mostraram-se importantes recursos para desenvolvimento da adaptabilidade. Outro resultado foi que os aspectos cognitivos e psicossociais pareceram ser mais influenciados pela diferenciação do *self* que a aquisição de adaptabilidade de carreira, que pareceu ser mais influenciada por aspectos contextuais. Por outro lado, os jovens que moravam longe de casa em função da universidade não apresentaram diferença significativa em relação aos jovens que continuaram a morar em suas casas no que se referiu a diferenciação do *self*. E ainda lhes pareceu que universitários mais diferenciados e suas famílias de origem tendem a desenvolver níveis mais elevados de adaptabilidade de carreira. As autoras sugerem pesquisas qualitativas neste campo, já que não existem outras investigações que correlacionem os termos nesta área.

A abrangência de estudos internacionais concernentes à diferenciação do self indica a importância do tema concernente à jovens adultos. Como dito anteriormente, a integração deste tema com o constructo da adaptabilidade visa compreender a relação do papel familiar no desenvolvimento de carreira do jovem universitário. Esta interface tem sido pouco explorada no Brasil e no exterior.

2.3 Adulter Emergente e Universidade

Nos últimos anos Arnett (2000) traz estudos voltados para uma nova fase de desenvolvimento. Sendo esta fase entre a adolescência e a adulter jovem. Tal momento de vida foi cunhado pelo autor como adulter emergente, caracterizada por ser uma fase de instabilidade, de nenhum compromisso maior como emprego fixo, casamento, filhos, o que caracterizaria o tempo do jovem adulto, mas também é uma fase em que já se superou a puberdade, se concluiu o ensino médio e se atingiu a maioridade. Este período é composto pela idade dos 18 a 25 anos (Arnett, 2006). Este conceito é recente, e no Brasil refere-se de modo geral as jovens de nível socioeconômico alto, uma vez que recebem suporte familiar

para investir mais tempo nos estudos e na exploração de suas identidades. Sendo que jovens com nível socioeconômico mais baixo costumam ter de trabalhar desde a adolescência, ou tem filhos já nesta fase, por exemplo, (Arnett, Dutra-Thomé & Koller, 2018).

Observam-se cinco recursos disponíveis nesta fase: a idade para explorar a própria identidade; a idade da instabilidade; Foco no *Self*; a sensação de estar entre a adolescência e a adultez; a idade das possibilidades (Arnett, 2000). A idade para explorar a própria identidade refere-se a um tempo após a adolescência, sem compromissos a longo termo para a maior parte, envolvidos com temas como amor e trabalho, valores pessoais, o que os direciona para olharem para si mesmos, e se questionarem quanto ao que desejam, o que querem, e o que não querem, entram questões por vezes de cunho religioso, a relação com os pais, entre outros. A idade da instabilidade, relação a mudanças residenciais em função de estudo, trabalho e saída da casa dos pais. Foco no *Self*, esta é uma fase em que o jovem está mais independente para tomada de decisões, distante das regras da casa de sua família de origem e ainda não envolvido com filhos e consequentes demandas. A sensação de estar entre a adolescência e a adultez, seguido de um sentimento de ambiguidade, sendo o tornar-se adulto um processo gradual. A partir de suas pesquisas, Arnett (2000) destaca que em diversos países e diferentes grupos étnicos, ser adulto corresponde a ser responsável por si mesmo, tomar as próprias decisões e tornar-se independente financeiramente. Esta fase então vai culminando para este momento de independência, mas percebe-se que se faz necessário entender o papel das instituições familiares, educacionais e comunitárias neste momento.

Esta fase é composta por um momento em ainda não há acomodação. Quanto ao que tange à família, pais relutantes em dar a permissão para o crescimento dos filhos prejudicam seu desenvolvimento nesta fase. Ao mesmo tempo em que os pais precisam soltar o controle em relação aos filhos, precisam prover suporte material e cuidado para

que o jovem possa prosperar nesta etapa, bem como a necessidade de negociação das expectativas e obrigações de cada lado, sendo que neste momento o que permanece são os vínculos, o afeto, o respeito mútuo e uma disposição voluntária para estarem juntos (Aquilino, 2006).

Há duas mudanças simultâneas nesse momento: o contexto familiar é alterado a partir do crescimento do filho e trajetória deste filho é alterada pela forma como a família vive este processo. Aquilino (2006) afirma que padrões de relacionamento na adolescência tendem a ser os mesmos na adultez emergente, assim proximidade entre pais e filhos ou distanciamento tendem a serem mantidos. Porém a saída dos filhos altera a forma de viver dos pais, que costumam rever objetivos, estilo de vida, relacionamento conjugal. Para que adultos emergentes alcancem independência é necessário que haja sentimentos de segurança, compreensão e sentirem-se amados por seus familiares, bem como o desejo de requisitarem auxílio de seus pais. A conexão contribui para a individuação, muito mais do que o corte emocional com a família de origem. O suporte financeiro, no sentido de subsidiar a continuidade de educação dos filhos na faculdade, bem como espaço para moradia durante o tempo de faculdade e firmar-se em um trabalho e ainda o suporte dos pais como fonte de conhecimento para as tomadas de decisões se mostram segundo Aquilino (2006) importantes apoios. O que se assemelha ao conceito de diferenciação do *self*, em que *self* diferenciado mantém uma relação de interdependência com a família de origem, onde não há um corte emocional, nem a fusão com os mesmos, possibilitando ao jovem a adaptação e desenvolvimento de carreira (Bowen, 1978; Johnson, Schamuhn, Nelson & Buboltz, 2014).

Como dito anteriormente, a idade da adultez emergente é a idade comum entre os jovens universitários, sendo que o foco do estudo irá concentrar-se nos universitários entre 18 e 25 anos, concluintes do ensino superior. Assim, pode-se fazer uma distinção entre os diferentes momentos que o jovem costuma passar durante o período universitário. O

estudante universitário passa por conflitos em três momentos diferentes no Ensino Superior. Na fase inicial há a fase da adaptação ao meio acadêmico. Na metade do curso há a reflexão sobre a responsabilidade social acerca da profissão e por vezes a necessidade de fazer escolhas de estudos/estágios em algumas áreas já dentro do curso. E já no final do curso existe o medo em sair da universidade e a chegada da mudança e necessidade de inserção no mercado de trabalho (Uvaldo, 1995). Considerando a transição Universidade-trabalho como uma das mais importantes, sendo este um tempo de crise em função da saída da Universidade.

A Teoria de Construção de Vida é uma teoria pertinente para trabalhar a adaptabilidade de carreira do indivíduo em processo de transição de um momento de vida para outro (Savickas, 2012; 2015). A transição universidade-trabalho é uma das mais importantes transições que os jovens enfrentarão, já que tal transição trará consequências significativas para a solidificação de sua trajetória pessoal e profissional bem como bem-estar (Oliveira, Detomini & Melo-Silva, 2013; Ladeira et al., 2019).

Há alguns estudos sobre a temática que envolve jovens universitários como o de Frison, Simão, Ferrreira e Paulino (2021) que teve por objetivo analisar as trajetórias de insucesso de estudantes de graduação de universidades do Brasil e de Portugal, ao verificarem as atribuições externas ao insucesso de estudantes da Educação Superior (sendo este caracterizado como ao menos uma retenção ao longo do período de formação universitária). Perceberam que nove dos trinta e oito participantes manifestaram questões familiares (doenças ou perdas familiares, mudança do contexto social e familiar e dificuldade de gerenciar a vida). O que permite pensar que estudantes com a adaptabilidade mais desenvolvida, bem como diferenciados de sua família de origem tendem a gerenciar melhor suas vidas no que diz respeito a sucesso na graduação.

O estudo de Barros (2018) avaliou as crenças de autoeficácia face à transição para o trabalho e as crenças de carreira e empregabilidade em 534 estudantes universitários, sendo

267 homens e 267 mulheres. Foram aplicados inventário de Crenças de Carreira e Empregabilidade e a Escala de Autoeficácia na Transição para o Trabalho. Entre os resultados destaca-se que em relação às crenças sobre a carreira, encontraram-se resultados elevados referentes à Autonomia, Esforço/Realização e Aceitação de desafios/ Riscos, sugerindo que estes estudantes possuem um conjunto de crenças que facilitadoras para adaptarem-se ao mercado de trabalho. Estando disponíveis para mudanças, lutar por sua progressão profissional e desenvolvimento de autonomia. O valor mais baixo foi na escala otimismo, considerando o mercado de trabalho, imprevisível, e instável e o entendimento dos jovens de que depende de seu próprio esforço a conquista de espaço no mercado de trabalho, já que as crenças sobre as autoeficácia foram elevadas. As diferenças de gênero encontradas mostraram superioridade do sexo feminino nas médias das crenças de Flexibilidade/Abertura às mudanças, Aceitação de desafios/Riscos e de Autonomia, sugerindo uma possível reflexão de que a motivação das mulheres passe pela necessidade de vencerem barreiras ligadas aos estereótipos femininos (Barros, 2018).

O estudo de Ambiel, Hernandez e Martins (2016) com universitários buscou verificar a correlação entre adaptabilidade de carreira e vivências acadêmicas, além do efeito da satisfação com o curso nas correlações entre os constructos mencionados Participaram do estudo 89 estudantes universitários, do quinto ao nono semestre, com 64% de participantes do sexo feminino e cursos de Engenharia Elétrica e Psicologia. Foram utilizados a Escala de Adaptabilidade de Carreira (CAAS) e o Questionário de Vivências Acadêmicas (QVA-r). Entre os resultados destaca-se que quanto mais pessoas afirmaram se preocupar com consequências de suas atitudes atuais para seu futuro profissional e sem interessam em não se acomodar em situações que impeçam seu crescimento profissional (Preocupação-CAAS) mais elas se engajavam em tarefas de planejamento vocacional durante seu curso superior. Ainda pessoas que buscam possibilidades de carreira a sua volta (Curiosidade) costuma ter maior apreciação com a Instituição, e pessoas que buscam ser responsáveis e

dar seu melhor (confiança), costumam ter melhor desempenho no estudo e na gestão do seu tempo. Este estudo identifica também o processo de adaptação acadêmica como variável de carreira, assim, segundo os autores, as vivências acadêmicas constituem uma base do desenvolvimento por parte da pessoa em relação a sua vida profissional. (Ambiel, Hernandez & Martins, 2016).

Há ainda destaque para a tese de Feigel (2018) que estudou as trajetórias de alunos cotistas em Medicina, e uma das barreiras apontadas pelos estudantes era a base fraca (como denominaram) por parte da família em termos de suporte financeiro para poder estudar, embora houvesse enorme admiração por parte da família em relação a escolha do filho. E a tese de dissertação de mestrado de Nora (2019) que estudou o comportamento de evasão recorrente entre estudantes do nível superior (sendo a amostra de estudantes que já tivessem evadido de pelo menos dois cursos universitários). Entre os fatores citados pelos estudantes estava o apoio familiar para permanecer no ensino superior, porém observou-se o baixo autoconhecimento e falta de comportamento exploratório que se referem dentro da Adaptabilidade de Carreira às subdimensões confiança e curiosidade. E em outros casos a imposição familiar para permanecer na Universidade, revelando baixa realização e alta passividade (Nora, 2019). O que pode estar relacionado com a alta fusão com a família de origem no processo de diferenciação do *self* e pouca posição do EU, de acordo com a teoria da diferenciação do *self* de Bowen (1978).

Dentre todas as investigações referidas até aqui, relacionando os temas adaptabilidade de carreira, adulez emergente e diferenciação do *self*, observa-se que não foi encontrado até o momento nenhum estudo qualitativo que relacione os constructos adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self* em jovens universitários na fase da adulez emergente, conforme sugerido por Fiorini e Bardagi (2018).

3. MÉTODO

3.1 Caracterização da Pesquisa

A pesquisa foi qualitativa, com estudo de casos múltiplos, de caráter descritivo, com entrevistas narrativas, que permite uma não diretividade por parte do entrevistador em que o informante (assim chamado o participante da entrevista) utiliza das dimensões cronológicas (numa sequência de episódios) e não cronológica (que implica na construção de um todo a partir dos acontecimentos, ou seja, de um enredo, a partir do qual o indivíduo dá sentido a sua história) para contar sua história por meio de sua própria perspectiva. E a forma como conta, como se utiliza de dados de sua própria vida e como os conecta é que se tem o sentido que aquela pessoa dá ao que se está sendo contado (Jovchelovitch & Bauer, 2019).

3.2 Participantes

Participaram da pesquisa seis estudantes universitários concluintes do ensino superior, número adequado aos estudos de casos múltiplos (Creswell, 2014).

Os critérios de inclusão serão os seguintes:

a) Ter idade entre 18 e 24 anos, pois assim todos os entrevistados estiveram dentro do mesmo ciclo vital, que compreende a adultez emergente (McGoldrick, 1995; Arnett, 2000; Arnett, Dutra- Thomé & Koller, 2018).

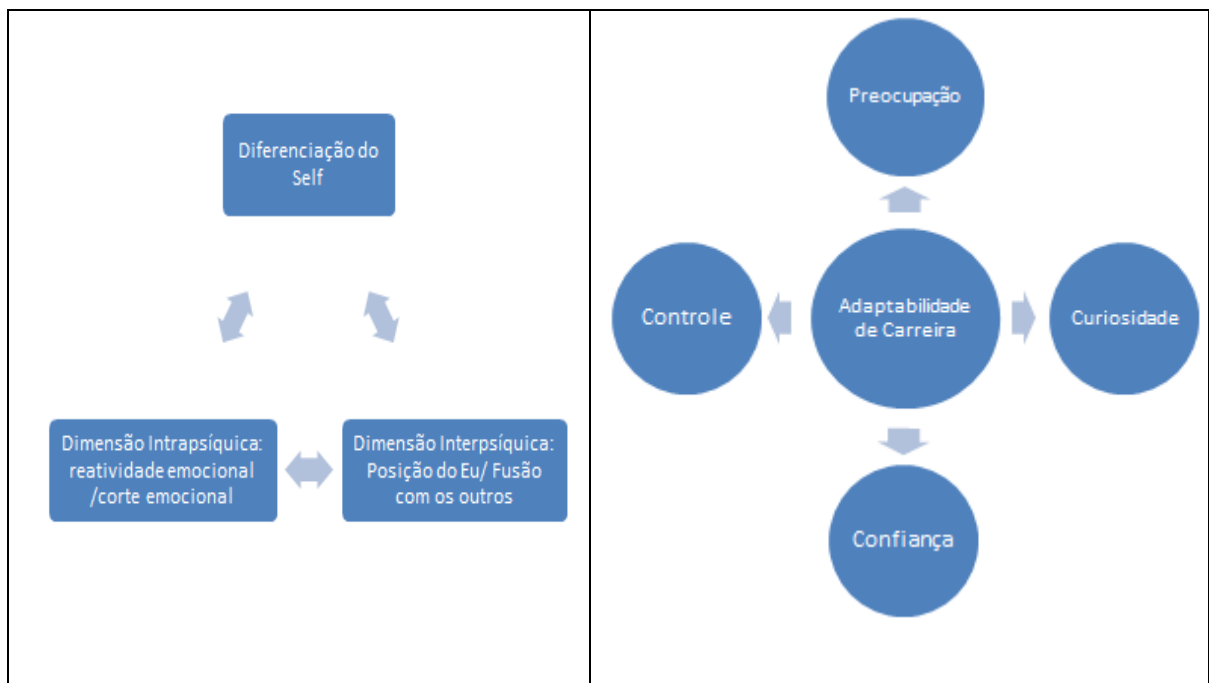
c) Os entrevistados não participaram de processos de orientação para carreira, pois tais intervenções provavelmente influenciariam no resultado, impedindo que se pudesse aprofundar a relação entre diferenciação do *self* e adaptabilidade de carreira. Embora a busca por vivências acadêmicas possam revelar preocupação e controle com a carreira (CAAS), (Ambiel, Hernández, Martins, 2016) a participação direta em intervenções de

carreira pode interferir na história, bem como no resultado das escalas respondidas pelo indivíduo, não sendo este o objetivo da presente investigação.

3.2.1 Entrevistas narrativas

A entrevista narrativa tem em vista uma situação que encoraje e estimule um entrevistado a contar a história sobre algum acontecimento importante de sua vida e do contexto social (Jovchelovitch & Bauer, 2019). O roteiro da entrevista narrativa foi construído a partir dos constructos Adaptabilidade de Carreira e Diferenciação do *Self* com questões exmanentes (que refletem o interesse do pesquisador, suas formulações e linguagem), a partir das quais se pensou em questões imanentes, sendo construídas a partir da entrevista com base nas falas dos informantes (Jovchelovitch & Bauer, 2019).

A figura 1 demonstra o agrupamento das dimensões Adaptabilidade e Diferenciação do *Self* e subdimensões.



Fonte: Elaborada pela autora, 2022.

Figura 1. Agrupamento das dimensões adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self* com suas subdimensões.

O quadro 1 demonstra os momentos da entrevista narrativa relacionando os constructos adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self* acrescidos de 4º momento baseado em Ponciano (2018) e na experiência das entrevistas piloto.

Quadro 1

Questões Gerais Subdivididas em Quatro Momentos relacionando os dois constructos.

Momento 1	Fale-me sobre sua relação com sua família e a escolha de seu curso universitário
Momento 2	Fale-me sobre seu desenvolvimento acadêmico e seus planos para o futuro
Momento 3	Fale-me de como você relaciona sua família e sua carreira
Momento 4	Descreva o que é ser adulto para você

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

3.3 Escalas e Inventários

Esta pesquisa como já descrita anteriormente foi qualitativa. Porém contou com o uso de Escalas e Inventários que contribuíram para inspirar os alunos entrevistados a narrarem fatos de suas próprias trajetórias ao ampliarem seu repertório pessoal por meio do acesso a inventários (Ambiel, 2020). Para McMahon e Patton (2015) esta é uma forma de proporcionar um olhar integrativo e reflexivo para o indivíduo. A seguir descrevem-se os Instrumentos utilizados.

3.3.1 DSI-R - Inventário de Diferenciação do self (Anexo B)

O Inventário de Diferenciação do *Self* é um questionário de autorrelato que mensura a diferenciação do *self* em adultos, a partir da avaliação das suas relações significativas e relações atuais com a família de origem. A escala foi construída por Skowron e Friedlander, (1998) e revisada por Skowron e Schmitt (2003), sendo adaptada para o

contexto português por Major, González, Miranda, Rousselot e Relvas (2014). Foram realizados estudos de evidência de precisão e validade com uma amostra de 470 indivíduos, alfa de *Cronbach* 0,86 para escala total; 0,85 para a dimensão reatividade emocional; 0,78 para posição do eu; 0,76 para corte emocional e fusão com os outros. sendo que o Inventário apresentou consistência interna adequada. Inicialmente esta escala foi utilizada com jovens de 25 anos, porém em Portugal foi usada em jovens de 18 anos com a justificativa de que é a idade em que o jovem adulto costuma sair de casa (Skowron & Friedlander, 1998). Nesta escala a diferenciação do *self* é vista como um conceito multidimensional, que envolve a dimensão intrapessoal (intelectual e emocional) e a dimensão interpessoal (intimidade e autonomia). Sendo que a dimensão intrapessoal se refere à capacidade de se autorregular, de pensar de forma clara diante de tensões, se acalmar diante de pressões, e manter um *self* sólido diante de diferentes relações importantes para o sujeito. Já a dimensão interpessoal do *self* refere-se à capacidade de possuir intimidade com outros mantendo a autonomia.

Estas duas dimensões se subdividem em quatro, sendo elas Reatividade Emocional e *Cut-off* emocional (dimensões intrapessoais), Posição do Eu e Fusão com os outros (dimensões interpessoais). A Reatividade Emocional (11 itens) indica a capacidade emocional para responder a estímulos ambientais com base em respostas automáticas, *Cut-off* emocional (12 itens) se refere ao limite ou distanciamento emocional bem como ao receio em ter intimidade com outros, Posição do Eu (11) remete a um sentido claro do *self*, com valores e convicções, mesmo quando o ambiente se mostra contrário, Fusão com os outros (12) diz respeito à identificação e envolvimento emocional, podendo gerar dependência. Ao todo são 46 questões, as respostas são fornecidas por meio de uma escala *Likert* de seis pontos, que varia da alternativa “nada verdadeira” (equivalente à pontuação 1) à “muito verdadeira” (equivalente à pontuação 6). Para calcular a pontuação total, a cotação de alguns itens será invertida, conforme instruções da versão original (Skowron &

Friedlander, 1998). Posteriormente, os itens referentes a cada dimensão serão somados. Importante observar que alguns itens do inventário são invertidos no momento da soma de pontos. Os resultados de cada soma serão então divididos pelo respectivo número de itens das dimensões. A pontuação total e das respectivas dimensões oscila entre uma a seis de modo que as maiores pontuações refletem um nível mais elevado de diferenciação do *self* (Skowron & Schmitt, 2003).

Skowron e Friedlander (1998) definiram a idade mínima de 25 anos para preenchimento do inventário. No entanto, para a versão portuguesa, a idade mínima ficou determinada como 18 anos. A mudança é justificada pela teoria, que afirma que o nível de diferenciação do *self* tende a constituir-se na fase de separação do jovem adulto de sua família de origem (Major et al., 2014).

3.3.2 EAC - Escala de Adaptabilidade de Carreira (Anexo C)

O instrumento CAAS (*Career Adapt-Abilities Scale*) foi criado por um grupo de psicólogos (Savickas & Porfeli, 2012), e teve por intuito investigar o construto adaptabilidade de carreira por meio de suas quatro dimensões (preocupação, controle, curiosidade e confiança). Este instrumento com 24 itens (seis para cada dimensão) se subdivide nas seguintes questões: Preocupação (questões de 1 a 6), Controle (questões 7 a 12), Curiosidade (questões 13 a 18), e Confiança (questões 19 a 24). A escala foi testada em vários países que evidenciaram o ajuste satisfatório e muito bom (0,80). O CAAS foi testado e adaptado também para o contexto brasileiro por Audibert e Teixeira (2015), sendo aqui chamado de EAC (escala de adaptabilidade de carreira). As respostas das questões da escala são no formato *Likert*, em que 1 (um) representa “nada forte” e 5 (cinco) representa “fortíssimo”. A somatória de cada item soma-se aos outros itens dando um *score* total. Os resultados foram compatíveis com os de outros países. As análises descritivas dos escores da Escala de Adaptabilidade de Carreira indicam que a amostra

apresentou valores médios de $M=92,32$ ($DP=12,32$) no escore total, com valor mínimo de 40 pontos e máximo de 120. Análise semelhante foi realizada com as facetas Preocupação ($M=23,62$ $DP=3,72$), Controle ($M=22,95$ $DP=3,71$), Curiosidade ($M=22,01$ $DP=4,07$) e Confiança ($M=23,73$ $DP=3,96$).

Importante considerar que a pontuação da Escala de Adaptabilidade de Carreira pode variar de 24 a 120 no escore geral e de 6 (seis) a 30 pontos em cada dimensão. Importante notar que os scores tendem a ser acima do ponto médio das escalas (que é três), indicando um possível viés de desejabilidade social (Audibert & Teixeira, 2015), todavia os autores consideram o instrumento em sua forma atual, como um recurso heurístico para intervenção, bem como motivador da pesquisa sobre o tema adaptabilidade de carreira.

3.3.3 Procedimento de Coleta de Dados

Após a aprovação do projeto da pesquisa no CEPESH (Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos), sob o número do parecer 5.287.356, as entrevistas foram selecionadas de acordo com a rede de contatos da pesquisadora e seguindo os critérios de inclusão anteriormente abordados. Os procedimentos utilizados no estudo seguiram a resolução 466/2012 CNS (Conselho Nacional de Saúde, 2012), que dispõe das regras sobre pesquisa com Seres Humanos nas Ciências Humanas e Sociais.

As entrevistas foram online, por meio da plataforma *Google-meet* institucional, ferramenta disponível para alunos da UFSC e que permite gravação das entrevistas. Os participantes puderam utilizá-la em navegador web e os encontros foram gravados para transcrição posterior (Schmidt, Palazzi & Piccinini, 2020).

A amostra foi intencional, na amostra intencional, de seleção racional ou por julgamento a escolha dos elementos é feita de forma intencional, pois o pesquisador realiza a seleção dos elementos que apresentam as características estabelecidas no plano e nas hipóteses do trabalho com a perspectiva de obter as informações desejadas e previstas (Richardson, 1999). Este tipo de amostra é comum em pesquisa qualitativa, (onde se

seleciona determinadas pessoas porque elas podem intencionalmente informar uma compreensão da problemática da pesquisa), sendo ainda uma amostra em nível de processo (o momento de vida em que se encontram os entrevistados) Quanto ao tamanho da amostra, considerando os critérios de inclusão, selecionou-se seis estudantes como participantes, o que corresponde a um número adequado para pesquisas de estudo de caso (Creswell, 2014).

A partir da autorização do CEPESH, se fez uma entrevista narrativa piloto, e partir da mesma se seguiu com as entrevistas subsequentes. As entrevistas aconteceram em um encontro (elaborado com base no modelo de entrevista narrativa de Jovchelovitch & Bauer, 2019):

- No dia da entrevista, foi explicado de forma sucinta e objetiva o propósito da entrevista, bem como foi mandado o link para que o informante assinasse o termo de consentimento livre e esclarecido (ANEXO D);
- A entrevista narrativa iniciou-se com questões exmanentes (Quadro 1 descrito anteriormente);
- Após o término da narrativa, houve a fase de perguntas imanentes (baseadas na fala do informante);
- O participante foi convidado a preencher as escalas de diferenciação do *self* (DSI) e de adaptabilidade de carreira (CAAS).
- Retomada da entrevista narrativa com base nas afirmações que mais despertaram a atenção do informante, isto se deu da seguinte forma:
 - 1- Quanto à escala de diferenciação de *self*, foi pedido ao participante que selecionasse itens de maior e menor marcação e falasse a respeito;

2- Quanto à escala de adaptabilidade de carreira, da mesma forma, foi pedido que o participante pudesse selecionar itens de maior e menor marcação.

- Após o término da narrativa, foi pedido se o informante desejaria incluir alguma outra fala;
- A entrevistadora interrompeu a gravação da entrevista, tirou dúvidas e encerrou o encontro colocando-se a disposição para eventuais dúvidas posteriores.

3.3.4 Análise dos dados

Os dados coletados foram transcritos integralmente e analisados de forma qualitativa (Gil, 2008). A análise de dados foi feita a partir da transcrição integral do conteúdo das entrevistas. Ela foi subdividida e analisada em questões sociodemográficas, fatores indexados e não indexados, diferenciação do *self* (dimensão intrapessoal e interpessoal), adaptabilidade de carreira (controle, preocupação, curiosidade e confiança). E por fim diferenciação do self e adaptabilidade de carreira. Os dados provenientes das escalas foram analisados de forma narrativa (Ambiel, 2020) e integrados as narrativas (McMahon & Patton, 2015) fornecidas pela entrevista inicial (Jovchelovitch & Bauer, 2017). A escolha por esta forma de análise também se deve ao fato de que a adaptabilidade de carreira é uma competência que está presente na Teoria da Construção de Carreira, que também objetiva a narrabilidade como parte do processo de construção da carreira do indivíduo (Savickas, 2015).

Na primeira fase da análise se transcreverá de maneira detalhada as entrevistas. Na segunda fase a entrevista se dividirá em material indexado e não indexado. O material indexado tem uma referência concreta a quem “fez o que”, “quando”, “onde” e “por quê” enquanto que as proposições não indexadas vão além dos acontecimentos, e expressam

valores, juízos, e toda forma de uma sabedoria de vida mais generalizada. As proposições não indexadas podem ser de dois tipos: descritivas e argumentativas. As descritivas se referem a como os acontecimentos são vivenciados, valores e opiniões ligadas a eles, e outros colocados pelos estudantes. A argumentação se refere ao que não é aceito pacificamente na história e as reflexões em termos de teorias gerais e conceitos gerais sobre os acontecimentos.

Na terceira fase se analisará todos os componentes indexados do texto para analisar o ordenamento dos acontecimentos para cada indivíduo, ao que Schütze (1977; 1983) chama de “trajetórias”. Assim, além da ordem em que os estudantes narraram os fatos, interesses, motivos e pessoas envolvidas no relato.

Na quarta fase foram analisados os componentes não indexados para maior conhecimento, os quais são compreendidos como opiniões, juízos, afetos que aparecem nas narrativas e que são aflorados no momento da entrevista. A forma como são narrados pode ser uma descrição, com certo afastamento do estudante, ou uma argumentação, em que a pessoa se mostra mais presente e sensibilizada. Serão escolhidos trechos que exemplifiquem os afetos, juízos e valores expressos pelos informantes.

A quinta fase compreende o agrupamento e a comparação entre as trajetórias individuais. Na sexta fase busca-se perceber as semelhanças e diferenças das trajetórias, permitindo a reconhecimento de um compartilhamento de afetos, opiniões e relatos.

As questões sociodemográficas foram analisadas e utilizadas no contexto de cada estudo de caso objetivando dar maior profundidade à análise bem como os dados sociais que caracterizaram cada participante.

4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

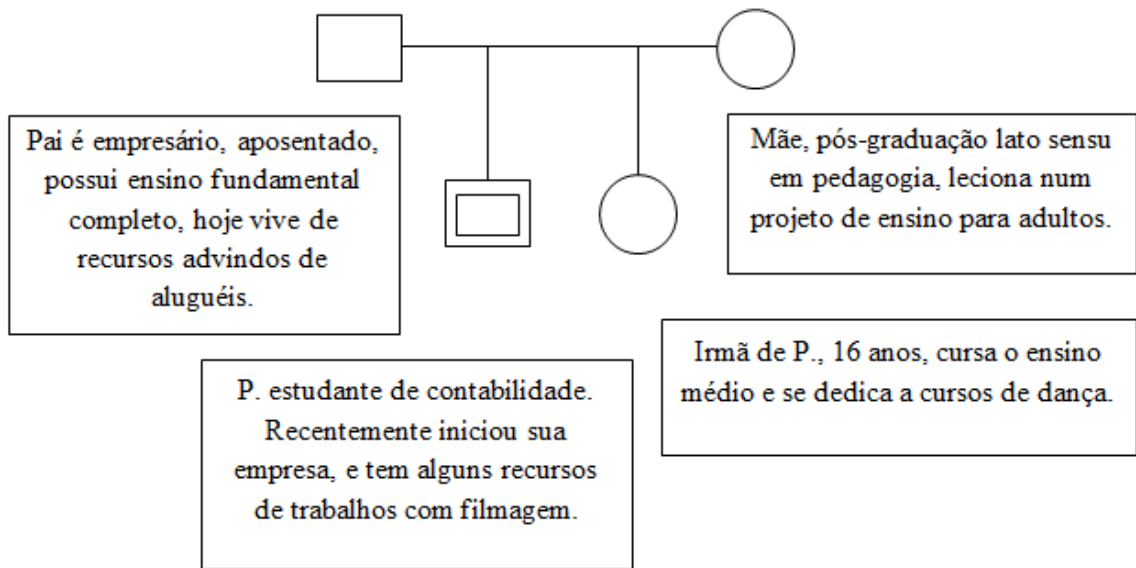
Neste capítulo se fará a apresentação dos casos estudados, num primeiro momento apresentarão os casos de forma individual, e serão subdivididos em fatores indexados, não indexados e análise a partir dos construtos diferenciação do *self* e adaptabilidade de carreira. Em um segundo momento os casos serão discutidos de acordo com os tópicos levantados nas análises individuais.

4.1 Estudos dos casos

4.1.1 Estudo do caso de P.

P., 23 anos, nascido e criado em Camboriú, filho mais velho, possui uma irmã de 16 anos que está cursando o ensino médio. Seus pais são casados, seu pai atualmente trabalha com aluguel de imóveis, porém durante a criação de P. trabalhou com uma empresa de terraplanagem. Sua mãe é professora, com pós-graduação na área de gestão educacional e trabalhou como diretora de escola de ensino fundamental na cidade de Camboriú e atualmente dá aula de didática num curso profissionalizante de magistério, onde leciona há 17 anos. P. está no último ano de graduação do curso de Contabilidade da UNIVALI (Universidade do Vale do Itajaí). Atualmente trabalha em uma empresa própria de filmagem de eventos e também possui uma empresa na área de investimentos financeiros.

O genograma do estudo de caso P está representado na figura 2 a seguir.



Fonte: Elaborada pela autora, 2022.

Figura 2. Genograma estudo de Caso P.

4.1.1.1 Fatores Indexados

Tanto o pai como a mãe de P. trabalham, o pai trabalhou em negócio próprio por muitos anos, possui formação até a oitava série do ensino fundamental, atualmente vendeu os maquinários de sua empresa (terraplanagem) e vive com recursos advindos de aluguel de imóveis. A mãe atua como professora possui formação em pedagogia e pós-graduação em gestão, atualmente trabalha em uma escola para adultos. P. conta que trabalhou com o pai desde pequeno, inicialmente brincando no pátio, e a partir de seus 12 anos passou a contribuir, trabalhando na parte financeira da empresa. Com sua mãe veio à ajuda para os estudos. Sua mãe já foi diretora de escola do município e atualmente segue fazendo cursos e estudando.

P. relata que em sua formação aprendeu música e esportes radicais, estudou em uma escola particular na cidade onde mora até ingressar na faculdade de contabilidade, que está cursando até o presente momento. P. relata que após trabalhar com o pai durante sua

adolescência, ao ingressar na faculdade, trabalhou um tempo em uma farmácia como faturista e analista fiscal, porém deixou seu emprego para focar em ajudar seu pai e investir na própria empresa de investimentos. Sua faculdade é paga por seus pais, porém ele tem recursos próprios, provenientes de seu trabalho com filmagens: “Hoje a minha função é *day trader*, são aquelas pessoas que são especuladoras da bolsa de valores e a gente opera diariamente em cima do índice” (P.).

4.1.1.2 Fatores não indexados

Para P. na sua família houve sempre espaço para muito diálogo. Tanto em relação a sua vida como espaço inclusive para opinar nas decisões de trabalho do pai, algo que foi sendo construído pelo fato de P. estar junto ao pai trabalhando desde pequeno. Na escala dos círculos, P. observa uma distância um pouco maior da mãe em relação à sua proximidade do pai. Inclusive, diante de “erros comuns à adolescência”, na percepção de P., ele sempre buscou conversar com o pai para buscar apoio e então conversar com sua mãe. Ela seria mais crítica, na opinião dele, e o pai o ajuda a buscar entendimento com a mãe. Atualmente a proximidade maior com o pai se dá por assuntos em comum acerca de carros e trabalho. Ele evita conversar sobre assuntos como políticos, por entender que possuem opiniões diferentes. Com sua mãe o diálogo sempre foi maior em relação aos estudos, ele também sempre se sentiu apoiado por ela diante de desafios, ela, na opinião dele busca incentivá-lo tanto no sentido de que ele é capaz de realizar os desafios a que se propõe, a estudar, bem como ela o incentiva a ficar mais tranquilo, já que ele se vê muitas vezes como alguém bastante ansioso. “Eu tive uma adolescência, uma infância muito aberta com meus pais, então eles sempre souberam onde eu estava à hora que eu chegava” (P.).

P. procura se sustentar por meio dos diferentes trabalhos que realiza, entende que esta é sua obrigação. Em seu entendimento sobre ser adulto, considera a responsabilidade

com o dia a dia e com o sustento financeiro. Seus passeios, por exemplo, são bancados por ele mesmo. Os pais fazem questão de pagar a faculdade, pois consideram de grande importância o investimento na educação de P.. Ele relata que procura fazer o máximo possível para não pesar seus pais. A escolha pela contabilidade se deu por gostar e se identificar com a área, ele mesmo já vinha trabalhando com seu pai na área financeira da empresa. “Vou falar aquela famosa frase, a vida adulta é pagar um boleto né” (P.).

Na sua relação com o outro, P. procura desenvolver a capacidade de respeitar a opinião diferente do outro, mantendo a sua, sente que por vezes isto é difícil, mas evita entrar em discussões acerca de opiniões diferentes. Quanto ao que pensa sobre si, seus valores e posicionamento em relação à vida permanecem de acordo com suas próprias decisões. Ele relata que gosta de ser o mais brando possível para que não haja momentos de estresse. Foi a partir de seus estudos e relacionamentos com professores que P. resolveu se dedicar a sua empresa de investimentos. Ele está em busca daquilo que é novo e deseja muito poder dar a seus filhos, a formação que pôde receber de seus pais. P. sente muita ansiedade em relação ao futuro. Ele costuma conversar sobre seus planos com seu pai que o encoraja e o acalma dizendo que ele está indo bem. O que lhe ajuda também é buscar meios para ter o controle sobre seu trabalho e estudo. Na pandemia sentiu um impacto negativo em sua empresa, mas hoje observa que está superando as dificuldades. Conversa consigo mesmo buscando encorajamento pessoal também para as tomadas de decisão com relação ao futuro, e deseja crescer como um todo, também em seus valores em relação ao próximo.

Tô tentando fazer o meu máximo possível para buscar fazer ter conhecimento sobre [...] Eu mostrei pra ele minhas planilhas, eu sempre planilhei [...] No começo meus pais ficavam muito preocupados, mas hoje em dia já olham com mais orgulho (P.).

4.1.1.3 Análise dos resultados

Diferenciação do self

Na dimensão interpessoal que se refere às duas forças internas que de um lado buscam a Posição do Eu e do outro a Fusão com os outros (Bowen, 1978), P. narra sua preocupação em ser autônomo na sua forma de pensar e agir dentro de seus valores, ele evita assuntos que geram controvérsia entre ele e seus pais como a política por exemplo. Isto também se aplica na relação com os amigos, diante de uma desavença P. procura manter-se calmo e respeitar a opinião do outro entendendo que sua rede de amizades é importante para ele, sem deixar de ser ele mesmo naquilo que entende como certo e como parte de sua opinião.

Quando diante de escolhas em relação aos seus caminhos profissionais, P. reconhece a importância dos conselhos de seus pais, mas toma decisões baseadas nas suas próprias pesquisas e entendimento de mercado. Entende que seu sustento e futuro dependem dele mesmo atualmente, o que se observa na sua narrativa a partir da escala de diferenciação do *self*, em que afirma ser importante para ele ser quem é sem esperar pela ajuda do outro, reconhece que o apoio e encorajamento dos pais já estão internalizados o que o ajuda a agir dentro do que considera certo, mesmo que o outro não pense da mesma forma (Nichols & Schwartz, 1998). Seu *self* diferenciado parece contribuir para a forma como olha para sua carreira, o que também é observado nos estudos de Johnson, et al. (2014).

A partir dos itens do Inventário de Diferenciação do *Self* as narrativas de P. corroboram sua fala inicial. Ele explica que não vai se preocupar com o que os outros vão dizer sobre suas escolhas, porém preocupa-se caso alguém próximo se magoe, e procura a resolução do conflito.

Ele afirma ainda que percebe a si mesmo como alguém que procura ser claro quanto aos seus sentimentos pelas pessoas queridas. Ele afirma que atualmente percebe

que o encorajamento dos pais foi internalizado, e que sozinho acessa suas frases encorajadoras quando está diante de desafios.

O processo de diferenciação do *self* permite que o indivíduo desenvolva autonomia emocional e possa olhar com responsabilidade para suas questões de carreira (Johnson, Schamuhn, Nelson & Buboltz; 2014; Fiorini & Bardagi, 2018).

“Fazer tudo pelo certo doa a quem doer... no começo ficavam preocupados, mas aos poucos fui mostrando pra eles [...] Hoje estão mais tranquilos” (P.).

No processo de diferenciação do *self*, na dimensão intrapsíquica que se refere ao desenvolvimento entre reatividade emocional e corte emocional, P. se percebe como alguém que vem aprendendo a separar o que sente e o que pensa. Sua namorada o admira por isso. Ele entende que isso o ajuda a manter seus relacionamentos de amizade, pois procura agir com clareza, esta narrativa também aparece em resposta à escala, pois manifesta preocupação com seus amigos, respeitando a opinião de cada um segundo sua percepção.

P. se considera alguém calmo, acredita que diante de um conflito é importante refletir se de fato o outro quer a sua opinião, ele aparenta estar desenvolvendo esta área. Ele conta sobre uma situação com um amigo, em que suas palavras em relação a uma namorada atual deste amigo acabaram trazendo desentendimento. Ao perceber seu erro, P. optou por ir ao encontro deste amigo e se desculpar.

Ele conta também que embora busque estudar bastante sobre carros, entende que há pessoas que tem suas próprias opiniões acerca de automóveis, e assim, mesmo que tais pessoas, conhecidas dele, façam decisões que na opinião dele não seriam as mais interessantes, ele aprendeu a respeitar, embora sua opinião e posicionamento interno sejam diferentes.

“Considero-me calmo, assim se a pessoa faz mal é pra ela mesma, ele não faz pra mim” (P.).

O quadro 2 contém as principais narrativas dos itens da Escala de Diferenciação do *Self* selecionadas por P..

Quadro 2

Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por P.

Item da Escala	Narrativa
7. Independente do que aconteça na minha vida nunca perderei a noção de quem sou. (maior marcação)	Independente do que acontecer na minha vida eu não posso esquecer a pessoa que sou na essência...
37. Ao tomar decisões raramente me preocupo com o que os outros irão pensar. (maior marcação)	Se tu te preocupares com o que o fulano e ciclano vão falar de ti, não vai conseguir ser tu mesmo.
46. Preocupa-me que as pessoas que me são próximas fiquem magoadas, perturbadas ou preocupadas. (maior marcação)	Aí eu fui conversar... Eu não vou acabar uma amizade que eu tenho com um amigo meu só por causa de uma coisinha besta.
2. Tenho dificuldade de expressar meus sentimentos a pessoas que me são queridas. (menor marcação)	Eu gosto bastante de ser bem claro.
5. Normalmente preciso de muito encorajamento dos outros quando começo um trabalho ou tarefa importante. (menor marcação)	De um tempo pra cá observo que não busco mais aquele encorajamento dos pais... parece que a gente vai e ouve a voz deles na cabeça.
14. Por vezes sentimentos tomam conta de mim, fica difícil pensar com clareza. (menor marcação)	Penso assim, se a pessoa faz mal é pra ela mesma, ele não faz pra mim.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

A análise de P. é feita considerando sua idade (23 anos), que se encontra dentro do período denominado de *adulthood* jovem, onde se observam os recursos como instabilidade, foco no *self*, a idade das possibilidades e o tempo para explorar a própria identidade (Arnett, 2000). P. possui uma posição do Eu definida em relação aos pais e em relação aos outros, enxerga suas responsabilidades, seus valores pessoais, o que aparece tanto na sua narrativa inicial como na sua narrativa das escolhas dos itens da escala de diferenciação do *self*. Porém segue manifestando proximidade com os pais, e fala da importância do apoio dos mesmos, mas este apoio não o impede de ser ele mesmo, mas dá suporte para que ele faça suas descobertas e as sustente. (Nichols & Schwartz, 1998; Peleg & Biton-Idan, 2018). De forma geral, pode-se observar que P. posiciona seu eu em relação ao outro na dimensão interpessoal, mantendo suas opiniões e decisões, sem deixar de se relacionar com quem é significativo para ele. Na dimensão intrapessoal P. vem desenvolvendo a condição de separar pensamentos e sentimentos, reconhecendo-se como alguém calmo e não reativo diante de objeções externas (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988; Nichols & Schwartz, 1998).

Adaptabilidade de Carreira

Quanto à Adaptabilidade de Carreira, na dimensão controle, P. percebe que o que o ajuda a administrar seu trabalho é fazer muitas planilhas, não tem a intenção de ser o melhor aluno, mas sempre procurou entregar provas e trabalho no prazo e estudar para eles. O que na escala de Adaptabilidade aparece na questão sobre as decisões que toma por si mesmo, e na busca por suas próprias experiências, seu controle o ajuda a fazer isso inclusive na relação com os pais. Quanto à preocupação, P. se considera alguém muito preocupado com o futuro, entende que há muita coisa a descobrir e que isso lhe traz por vezes bastante ansiedade, reconhece que o futuro pode ser brilhante desde que haja muita

luta. A condição de planejar de forma realista é concernente à dimensão da preocupação em adaptabilidade de carreira (Savickas, 2005).

“Muita coisa a descobrir, tô tentando fazer o máximo possível para buscar fazer conhecimento sobre [...] Todo esse cuidado reflete lá na frente sabe” (P.).

P. mostra-se curioso e arrisca para ir ao encontro do que entende que seja positivo para sua carreira. Fez isso ao sair do emprego fixo que o limitava em tempo para investir em sua empresa. Isto se mostra na escala quando afirma explorar diferentes alternativas para seguir sua carreira. Ele entende que embora aprecie conversar sobre seus planos com seus pais, e escute e aprenda com amigos de diferentes áreas, bem como com seus professores que segundo ele, contribuíram para que sua mente se abra para novas perspectivas, ainda assim é muito importante que ele mesmo possa vivenciar a partir daquilo que entende ser coerente para seu futuro e assim ter sua opinião. Foi pensando desta forma que P. optou por deixar seu emprego formal, mesmo com toda a preocupação de seus pais, e seguir com a empresa de investimentos, para a qual se preparou tanto financeiramente para lidar com o início da empresa, como também estudou e se informou para tomar sua decisão. A dimensão confiança pode ser observada quando P. fala de seu enfrentamento diante da pandemia que aconteceu logo depois de sua saída de seu emprego fixo, ele conta que perdeu dinheiro e que acreditar no seu potencial foi fundamental para seguir com seu plano, na escala ele cita a importância de dar o seu melhor para poder confiar em si mesmo. A confiança se refere a crença pessoal na condição de resolver problemas, e esta crença se constrói com base nas experiências do indivíduo (Ribeiro & Duarte, 2019).

“E cara, o teu tão suado dinheiro indo embora tão fácil, é complicado né, acho que é uma desilusão muito grande né [...] Tem potencial cara, calma acontece, com todo mundo não só contigo” (P.).

O quadro 3 traz exemplos de narrativas a partir da escala de Adaptabilidade de Carreira.

Quadro 3

Narrativas com base nos itens da Escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por P.

Adaptabilidade de Carreira (CAAS)	
2. Perceber que meu futuro depende das escolhas de hoje (preocupação).	Das maiores que acho que é fortíssimo né, perceber que meu futuro depende das escolhas de hoje...
8. Tomar decisões por mim mesmo (controle).	Vai por ti mesmo, segue a tua intuição, não dá bola pra opinião dos outros.
15. Explorar alternativas antes de fazer uma escolha (curiosidade).	Porque assim se tu tens a oportunidade de experimentar algo, acho bem importante tu ter um <i>feedback</i> próprio.
12. Fazer o que é certo para mim (controle).	Acho que fazer o certo pra mim é meio relativo, porque o que é certo pra mim nem sempre é pra ti...
23. Dar sempre o meu melhor (confiança).	Mas tu podes focar no teu resultado pra tu melhorares.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Considerando o constructo Adaptabilidade de Carreira, o relato de P. demonstra controle quando fala sobre suas responsabilidades e seu compromisso com trabalho e estudo, que aparecem na forma como busca colocar tudo em planilhas por exemplo. Também demonstra preocupação com o futuro, muitas vezes em forma de uma grande

ansiedade em busca de garantir seu crescimento profissional. Quanto à curiosidade, está em busca de áreas em que possa se desenvolver e crescer e tomou uma atitude que inicialmente assustou seus pais que foi a de largar um emprego seguro para empreender dentro do que ele acredita a partir de seus estudos e relações sociais ser um trabalho que possa lhe render o crescimento que deseja. Quanto à confiança, P. se percebe como alguém capaz de dar conta de si e de seu trabalho e confia nos formatos de trabalho que desenvolve para obter os resultados que busca (Savickas & Porfeli, 2012; Ladeira, Oliveira, Melo-Silva & Taveira, 2019; Vautero, Taveira & Silva, 2020).

A relação de P. com o trabalho começa na infância, nas experiências com seu pai, o que lhe traz a confiança diante dos desafios. Sua relação com o estudo é influenciada por sua mãe. P. não se considera um estudioso, mas entende que a universidade lhe dá maiores oportunidades de crescimento na carreira. Suas perspectivas para o futuro se relacionam com seus investimentos atuais tanto na universidade como no trabalho que realiza.

Diferenciação do self e Adaptabilidade de Carreira

A forma como P. se descreve e conta as histórias sobre si são referências ao seu *self* (Savickas & Porfeli, 2013), assim também as suas narrativas acerca de sua relação com a família. P. aponta que a relação com sua família é de apoio e reconhece a importância desta relação para o seu crescimento, ao mesmo tempo em que vem se responsabilizando por suas escolhas sem romper com suas relações familiares.

Por sua vez, em sua relação com a carreira, P. demonstra controle, preocupação, curiosidade e confiança, o que também contribui para a relação de autonomia frente à família. Este fenômeno é chamado de recursividade, em que as múltiplas relações não lineares fazem parte de uma rede complexa em que há trocas não necessariamente da mesma força e intensidade (MacMahon, 2015). Perceber-se responsável por si mesmo (processo de diferenciação do *self*) o leva a controlar e preocupar-se com suas ações, o que

lhe dá confiança em desafiar-se diante de novas oportunidades (adaptabilidade de carreira) e estas experiências contribuem para que a percepção sobre si mesmo continue sendo de responsabilidade. Esta relação recursiva corrobora o pressuposto de que é possível, no que se refere ao caso de P., observar a relação entre adaptabilidade de carreira e o processo de diferenciação do *self*. E ainda, que o jovem mais diferenciado em seu *self*, tem mais desenvolvido suas competências de controle, preocupação, curiosidade e confiança.

Como foi dito no início desta análise, P. se encontra na fase de adultez jovem, em que a instabilidade, como na troca de emprego, por exemplo, é esperada, já que este período é oportuno para estas transições (Arnett, 2000; Dutra-Tomé, Pereira, Nuñez & Koller, 2018). É na sua narrativa que P. constrói a forma como se vê e como percebe o relacionamento e apoio familiares bem como de pessoas significativas para ele. Nesta narrativa pode-se observar como P. relaciona o *self* diferenciado com a confiança. P. observa que o apoio e diálogo familiar lhe encorajaram a tomar decisões (Fiorini & Bardagi, 2018), sendo que hoje já observa tais diálogos dentro de si mesmo o encorajando a prosseguir. (White & Epston, 1990; MacMahon, 2015; Savickas, 2012; Hoffman, 2020).

O apoio social percebido pode ser observado ao longo desta análise nas formas como P. se relaciona com seus familiares, e como narra o apoio e diálogo que encontra neles. Segundo sua narrativa, há espaço para conversas, há o apoio estrutural em termos de lugar para morar e o pagamento da faculdade que os pais fazem questão de fornecer. No entanto há espaço para que P. se desenvolva mesmo quando sua opinião seja diferente da opinião dos seus pais, como no exemplo ditado por ele em que fez uma transição do emprego formal para o tempo integral de dedicação em sua empresa. Esta relação de apoio corrobora Fiorini e Bardagi (2018) que observaram que a comunicação e a satisfação com a relação familiar parecem ser importantes recursos para o desenvolvimento de adaptabilidade e diferenciação do *self*. Ainda com relação ao suporte social observado ao longo da análise de P. pode-se destacar o trabalho de Ataç et al. (2018) que puderam

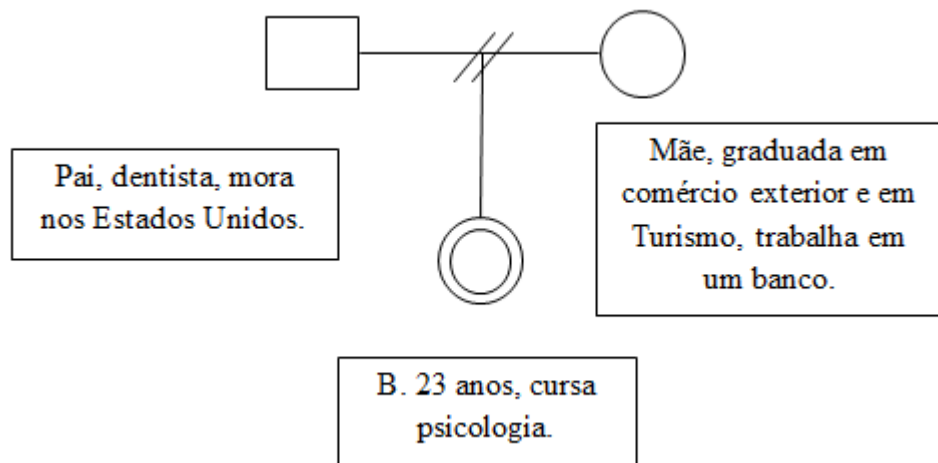
observar que suporte social percebido (tanto de familiares como de amigos) prediz adaptabilidade de carreira e tem função moderadora na relação entre percepções de autoestima e as dimensões da adaptabilidade de carreira. Para Wang e Fu (2015) o suporte social percebido promove autoeficácia e adaptabilidade de carreira, o que também pode ser observado inclusive pela própria forma como P. internalizou as falas de seus pais consigo mesmo.

Quanto à relação com vivências laborais, observa-se na fala de P. que desde sua infância há uma relação de proximidade com experiência de estudo junto a sua mãe e experiências de trabalho com o pai. Ainda criança P. brincava na empresa paterna, mais tarde assumiu a parte financeira da empresa. Durante a faculdade esteve sempre envolvido em experiências laborais. P. parece, por meio de sua relação com trabalho, ter a dimensão da confiança bastante desenvolvida, o que lhe ajuda a integrar as diferentes vivências e utilizá-las para construir seus planos pessoais de carreira (Savickas, 2005), o que corrobora os estudos de Bocciardi et al. (2017), que indicaram que o desenvolvimento de autoeficácia no trabalho pode dar suporte à adaptabilidade de carreira. O estudo de Romero et al. (2019) também salientou que práticas profissionais facilitam a exploração de si mesmo, planejamento e controle, que são dimensões da adaptabilidade, bem como o trabalho de Ambiel e Salvador (2019), que indicou que pessoas que têm experiências laborais desenvolvem maior conhecimento de si e adaptabilidade de carreira.

4.1.2 Estudo de caso B.

B. tem 23 anos e está no último período de Psicologia, atualmente mora com sua mãe, tia e avó materna em Joinville. B. é filha única e seus pais são divorciados desde os seus três anos de idade. Seu pai é dentista e mora nos Estados Unidos. Sua mãe trabalha no banco como funcionária concursada, é graduada em Turismo e Comércio Exterior e seu pai é dentista.

O genograma do estudo de caso B está representado na figura 3 a seguir.



Fonte: Elaborada pela autora, 2022.

Figura 3. Genograma estudo de Caso B⁷.

4.1.2.1 Fatores Indexados

Em sua trajetória B. relata que nasceu depois de 20 anos do casamento de seus pais, estes moravam nos Estados Unidos há muitos anos e no final da gravidez, sua mãe voltou ao Brasil e B. nasceu em território brasileiro. B. ficava durante o dia com sua mãe até determinado período da infância, sendo alfabetizada em inglês por ela, e estudou em uma escola bilíngue. Seus pais divorciaram-se quando B. tinha três anos de idade e seu pai voltou a morar nos Estados Unidos, ficando B. com sua mãe. Aos cinco anos de B. sua mãe passou num concurso público para trabalhar em um banco, e a partir deste momento B. passou a ficar durante o dia, nos momentos em que não ia para a escola, com sua avó. Para isso, mudou de escola, ficando mais próxima do local de residência de sua avó. “Quando eu tinha cinco anos, minha mãe começou a trabalhar e passei a ficar com minha avó” (B.).

⁷ O Símbolo com dois traços incluído no genograma do estudo de caso B representa o divórcio entre os pais.

Na adolescência de B. houve o retorno de sua tia materna que por muitos anos morou no Rio de Janeiro. Sua avó e sua tia passaram a morar com sua ela e sua mãe. Houve um período em que saiu de casa e foi morar com um namorado, com o fim da relação voltou para a casa da mãe. Seu pai vinha visitar de tempos em tempos, que não eram definidos com antecedência. Nesta época começou a fazer terapia e segue fazendo até o presente momento. Sua decisão pelo curso de psicologia foi no ensino médio. Na faculdade está refazendo o último período de graduação, focando agora na escrita de seu TCC e atualmente está em um projeto de extensão com uma professora em que participa de um programa voltado para idosos. Sua relação com o trabalho foi por meio de estágios obrigatórios na faculdade.

“Eu não consegui achar um estágio remunerado, eu tentei por algum tempo e não aconteceu” (B.).

4.1.2.2 Fatores não indexados

De acordo com B. sua relação familiar sempre foi muito conflituosa, sua mãe voltou ao Brasil com oito meses de gestação por ter descoberto relacionamentos extraconjugais de seu pai. A relação dos dois seguiu até os três de B. quando decidiram separar-se. Com a volta de seu pai para os Estados Unidos a relação com B. ficou bastante distante. Seu pai vinha ao Brasil ocasionalmente e ficava alguns dias e até semanas no Brasil. Porém as visitas não aconteciam de forma planejada, o que trazia dificuldade para B. saber quando poderia estar com seu pai. Ela relata que as pessoas diziam ter muita preocupação com sua mãe nos cuidados de B. por possuir um humor mais deprimido. Porém B. não se lembra de ter tido dificuldades neste período com a mãe. Ela conta que sua alfabetização em inglês trouxe dificuldades de interação na escola, embora a escola fosse bilíngue, ela tinha muita dificuldade de se comunicar com as outras crianças.

“Meu processo de alfabetização foi todo em inglês [...] eu não conseguia me comunicar com as crianças [...] mas eu estudava numa escola bilíngue” (B.).

B. sente que muito das dificuldades familiares e de sua formação está associada à relação com sua avó materna. Ela conta que sua avó foi deixada por seu marido com as duas filhas pequenas, e que em sua opinião a mãe possui uma relação de dependência emocional bastante grande com esta avó. Na sua infância isso dificultava a comunicação com sua mãe. B. não se sentia ouvida, o tempo em que a mãe passou a trabalhar fora foi de muita dificuldade no relacionamento com a avó. E quando B. tentava contar a mãe sobre suas dificuldades, sua mãe entendia ser a dificuldade de B. em aceitar a nova rotina de trabalho materna e não lhe dava ouvidos nas suas dificuldades. B. avalia que se tornou uma criança triste, mas também observa que era bastante lúcida por observar as dificuldades existentes na família e tentar comunica-las. Ela relata que já na infância iniciou um trabalho com psicoterapia, e que esta relação (hoje com um psicoterapeuta diferente) ajuda muito em seu processo de entender os processos familiares, foi na psicoterapia que B. se deu conta de que possuía duas mães (sua própria mãe e a avó).

“Tive que mudar de escola, de bairro para ficar com minha avó, ela me comparava ao meu pai, me xingava [...] mas minha mãe não me escutava, tenho mágoa dela até hoje” (B.).

Na adolescência B. observa que as coisas ficaram mais fáceis com a vinda de sua tia materna por quem se sente ouvida e protegida. Esta tia observava a relação de B. com a avó e a defendia, pontuando atitudes da avó das quais discordava e a partir de então sua mãe passou a dar-lhe mais ouvidos. Hoje a relação com a avó é mais tranquila, mas ela ainda busca determinar as rotinas e dar sua opinião acerca da vida de cada uma dentro da casa. Ela procura ajudar a avó, e hoje procura não se estressar, já que entende que avó faz tudo conforme sua própria vontade. B. sente que teve muitas dificuldades na sua

adolescência, ligadas a sua sexualidade. Em sua opinião, acabou sendo julgada pela família, e desejaria ter tido mais apoio neste momento.

Com minha mãe e com a minha avó acho que eu coloco limites, mas na verdade é só uma resposta, não sai do lugar, mas eu tento, eu trato [...] elas me chantageiam, como se elas soubessem e eu não (B.).

Atualmente B. sente que possui mais abertura na relação com sua mãe e também com seu pai. Hoje percebe que consegue conversar com a mãe e retomar algumas histórias, e observa que a mãe a escuta e procura compreender o que se passou no passado. Com o pai, algumas conversas sobre política geram desentendimento entre os dois, e B. muitas vezes sente dificuldade em lidar com as opiniões dele, que ela entende como preconceituosas, porém sente que a relação está ainda assim mais aberta. Ela sente que precisou forçar algumas conversas, o que hoje contribui para que haja mais diálogo.

A decisão de B. pelo curso de psicologia foi aos 13 anos, quando se sentiu amparada por sua própria psicóloga e entendeu que poderia sentir-se potente por conta própria e passou a desejar ser agente transformadora das realidades que estava vivendo. Na faculdade sente bastante dificuldade em concluir as tarefas das disciplinas. Optou por fazer mais um ano na faculdade para concluir o período do TCC (trabalho de conclusão de curso), mudou o tema de seu trabalho para algo mais próximo do estágio em que atua com idosos, porém ainda se sente confusa em relação a esta tomada de decisão (considerando que o período da entrevista foi feito durante as férias da universidade e B. ainda não havia retornado ao estágio e encontros com sua orientadora). No estágio B. observou-se atraída pelo trabalho com idosos, por isso considerou trabalhar com este tema em seu TCC.

“Eu queria estar ali para alguém também, como ela esteve por tanto tempo comigo” (B.).

B. conta que deseja há muito tempo sair de casa, porém a condição da família é de que ela conclua os estudos primeiro. O que B. não concorda, pois desejaria sair e trabalhar

em alguma oportunidade de emprego que surgisse como, por exemplo, num supermercado, ou algo similar. Mas em virtude da negativa da família, B. opta por permanecer em casa e não trabalhar. Ela conta que chegou a procurar um estágio remunerado, mas não encontrou e acabou desistindo. B. chegou a morar com um namorado por um tempo, mas quando a relação terminou optou por voltar para a casa materna. Para B. ser adulta é ser compassiva consigo mesma, no sentido de dar um jeito para resolver os problemas e observa que ainda não chegou neste momento. Ela se vê como que finalizando sua adolescência. Ela imagina que seus pais a vejam como uma criança.

“Eu me vejo no último ano de adolescência do E.C.A. (estatuto da criança e do adolescente), resguardada, eu me sinto com medo, quase sendo adulta” (B.).

Com relação a planos para o futuro, B. deseja fazer a formação em Psicanálise em outro estado, ela entende que não quer ser psicóloga, porém observa que a psicologia lhe proporcionou conhecer sobre a psicanálise. No entanto sua família espera que ela conclua a graduação, o que ela parece concordar em fazer, apesar de reconhecer muitas dificuldades para dedicar-se aos estudos. Seu pai já concordou em pagar seus estudos em psicanálise, algo que traz satisfação a B. Ela, porém deseja trabalhar em algo que não esteja ligado a psicologia necessariamente para poder contribuir no seu sustento em outra cidade que não a atual.

“Para minha família o estudo é fundamental para sair de casa [...] então eu tenho bloqueio de escrita, bloqueio de leitura” (B.).

4.1.2.3 Análise dos resultados

Diferenciação do self

A relação de B. com sua família e a forma como se vê, aparentam estar bastante entrelaçadas, tornando difícil para B. se enxergar como indivíduo. Ela observa que sua família materna tem relações bastante fusionadas, sua mãe e sua avó são chamadas pelo

seu terapeuta de “suas duas mães” e para ela isso dificulta o fato de sua mãe se posicionar em relação a sua avó. B. parece repetir este padrão, pois em sua narrativa coloca-se como alguém que depende das decisões e opiniões familiares constantemente.

A forma como lida com o desejo de trabalhar fora, cedendo à opinião familiar, sem, no entanto concordar com seus familiares, parece demonstrar isso. O processo de diferenciação do *self* passa por diferentes gerações anteriores, em que um padrão de interação foi estabelecido, neste processo o adulto é convidado a ser um observador de sua própria família (Andolfi, 2019).

B. relata sua forma reativa diante das posturas familiares e também em relação aos desafios e tarefas que surgem em sua própria vida, sua tendência é segunda ela afirma, que ao sentir medo diante de um desafio ou de uma tarefa, buscar alguém que possa realizar a tarefa com ela e lhe ajudar, ou ainda em momentos de estresse, ela diz responder com excessos na alimentação, relacionamentos entre outros.

O relacionamento familiar necessita ser destrinchado para que haja a construção da autonomia emocional (Nichols & Schwartz, 1998). A dificuldade em diferenciar sentimentos de pensamentos, coloca o indivíduo em uma situação de dependência do outro. Isto também aparece na narrativa a partir da escala da diferenciação do *self*, quando B. fala sua facilidade em magoar-se (questão 40) e sua dependência do que os outros pensam sobre ela (questão 35) o que inclusive interfere na forma como ela se vê, ficando difícil ter uma noção mais estável, um posicionamento mais claro sobre quem é no mundo que a cerca (questão sete).

B. sente-se satisfeita com a possibilidade de refletir sobre o preenchimento e narrativa a respeito das escalas, e observa que apesar de por vezes buscar aproximação, precisa se permitir o afastamento em relação a sua família. Por meio da conversação contínua com seus íntimos, B. vem buscando debruçar-se sobre a construção de sua própria voz interna (Hoffman, 2020).

O quadro 4 a seguir contém as principais narrativas dos itens da Escala de Diferenciação do *Self* selecionadas por B..

Quadro 4

Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por B.

Item da Escala	Narrativa
35. A minha autoestima depende realmente do que os outros pensam de mim.	Sou bem dependente do que os outros pensam de mim.
40. Eu sinto as coisas mais intensamente que os outros. (maior marcação)	Eu sou bem, bem sensível aos outros, fico muito magoada fácil, dependendo do meu humor eu magoo de volta.
7. Independente do que aconteça na minha vida sei que nunca perderei a noção daquilo que sou enquanto pessoa. (menor marcação).	Eu já perdi a noção algumas vezes, e é uma luta para me manter integrada, às vezes não me reconheço, aí quando tem estresse sou outra pessoa, aí começo a me reconhecer como B., mas é bem difícil.
43. Tendo a me sentir bastante estável sob estresse. (menor marcação)	Pensei em 2020, por exemplo, [...] para mim é difícil porque estou sempre alternando.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Na dimensão interpessoal, B. parece ainda não se posicionar com clareza em relação ao outro, ela afirma procurar fazê-lo, mas observa encontrar muita dificuldade quando diante do desacordo de seus familiares em relação as suas decisões. Tal desacordo parece paralisá-la diante de seus desafios, tendendo a responsabilizar seus familiares pelas situações em que não se posiciona. Na dimensão intrapessoal, B. demonstra ter dificuldade

em separar sentimentos de pensamentos, e diante de tensões observa que responde com bloqueios intelectuais e compulsão alimentar por exemplo.

Adaptabilidade de Carreira

Ao falar sobre estudos, trabalho e planos para o futuro, B. relata o investimento familiar no estudo, reconhece o apoio financeiro paterno em seus estudos e conta que seu pai se dispôs a pagar sua formação em Psicanálise após a conclusão de sua graduação. Ela vê este momento da formação como a possibilidade para morar sozinha (o curso é em outro estado) e deseja então poder trabalhar. Este parece ser o momento em que se posiciona, e o apoio do pai parece ser o que precisa para poder levar adiante o seu plano. Ela conta que possui um grupo de amigos na cidade em que irá morar, e isso parece também encorajá-la a desejar arriscar-se para algo que deseja. Ela se vê como alguém que gosta de explorar as diferentes possibilidades, mas ao mesmo tempo observa um medo muito grande se lançar a algo diferente, e ela mesma se da conta de sua instabilidade ao narrar a partir da escala de adaptabilidade de carreira. Tal instabilidade é concernente ao momento em que vive característica própria da adultez emergente (Dutra-Tomé, 2018). Sua forma de lidar com controle parece estar em reconhecer sua dificuldade atual (terminar o TCC, trabalhar sozinha diante de suas responsabilidades). Esta narrativa se confirma na escala, quando B. observa que tem dificuldade de agir com autonomia, e planejar para alcançar objetivos. Assim B. parece reconhecer suas dificuldades concernentes a controle e preocupação. Porém não fica claro se isto de fato a mobiliza para resolver suas dificuldades. Já na dimensão da curiosidade B. narra estar atenta a diferentes formas de fazer as coisas, bem como analisar de forma aprofundada questões que lhe dizem respeito, sendo estes itens de maior marcação.

Parece ser a curiosidade o item mais desenvolvido em relação à adaptabilidade de B. Possivelmente a curiosidade pode ser o caminho para que ela, consciente sobre si

mesma, desenvolva outras habilidades, como o fez com o controle, quando observou sua dificuldade em concluir a faculdade e tomou uma decisão que pudesse contribuir com sua necessidade do momento. Porém seu discurso parece ainda não estar conectado as suas ações. Ela fala sobre suas dificuldades, mas parece estar ainda buscando um caminho para superá-las. Isto também aparece quando ela fala o sobre o que é ser adulto. O futuro e o trabalho são representados por uma imagem idealizada em que ela se vê em determinado lugar, imagina a vestimenta e o ambiente, mas a trajetória para seguir em busca de sua formação em Psicanálise que passa por concluir a faculdade ainda é desafiador para ela. Neste sentido o apoio percebido, por meio dos amigos, bem como da tia, o desenvolvimento do diálogo com seus os pais parecem ser muito importantes neste processo. O desenvolvimento da adaptabilidade de carreira pode resultar de vários fatores ligados à relação entre o indivíduo e seu contexto (Bocciardi, et.al., 2017) com destaque para suporte social percebido (Hirschi, 2015; Creed, et.al., 2009).

O quadro 5 traz exemplos de narrativas a partir da escala de Adaptabilidade de Carreira do estudo de caso de B..

Quadro 5

Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por B.

Adaptabilidade de Carreira (CAAS)	
16. Estar atento as diferentes maneiras de fazer as coisas. (curiosidade)	Sei lá, das minhas vivências acadêmicas mesmo, porque a gente sabe que não tem uma forma de fazer as coisas, é [...] eu acho isso bem importante na real porque, abre bastante possibilidade [...] me tira bastante estresse pensar desta forma.

<p>17. Analisar de forma aprofundada questões que me dizem respeito.</p> <p>(curiosidade)</p>	<p>Sou bem desconfiada, quero saber o que está acontecendo [...] apesar do meu comportamento acadêmico não ser muito assim, é, eu realmente sou aquela pessoa que se enfia nos negócios [...] e aí que eu vou saber na hora.</p>
<p>22. Resolver problemas.</p> <p>(confiança)</p>	<p>Sempre fui procurada para resolver problema assim seja é de desfazer nó de correntinha de colar fino, de dar uma refrescada [...] eu realmente sei que tem um processo assim uma hora se chegar a gente chega, mas tem que sempre estar tentando.</p>
<p>13. Explorar o ambiente à sua volta.</p> <p>(curiosidade).</p>	<p>Eu tenho dificuldade em explorar o ambiente, isso é bem visível é bem engraçado porque vai totalmente contra o que eu tinha acabado de falar que eu gostava de possibilidades assim.</p>
<p>11. Agir com autonomia.</p> <p>(controle).</p>	<p>Eu fico muito ansiosa, principalmente fazendo sozinha, acompanhada eu não tenho tanto problema, mas sozinha sim.</p>
<p>5. Planejar para alcançar meus objetivos.</p> <p>(preocupação).</p>	<p>Eu tenho dificuldade com planejamento também.</p>

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Diferenciação do self e Adaptabilidade de Carreira

A forma como B. relata seus relacionamentos familiares e as dificuldades relativas à construção de sua autonomia parecem estar bastante interligadas as suas dificuldades descritas na forma como lida com os outros e com os seus desafios. Considerando o primeiro pressuposto de que jovens com *self* mais diferenciado possuem maior adaptabilidade de carreira, observa-se que B. em seu processo de diferenciação do self, se encontra fusionada com sua família de origem, ainda de certa forma responsabilizando a família por suas decisões, com dificuldade em ir busca do que descreve desejar, que é sair de casa. Na medida em que sua família destaca a importância dos estudos para sair de casa, B. bloqueia seus esforços para concluir a faculdade e aceita a determinação familiar de que não pode trabalhar fora e se sustentar para então poder sair de sua casa. A alta reatividade de B., que ela descreve como sua grande sensibilidade e facilidade em se magoar com o outro, podem ser entendidos como um alto nível de fusão que se reflete na baixa determinação e em sua dificuldade em controle e preocupação na relação com suas tarefas na faculdade (Johnson et al., 2014, Zhou et al., 2016). A dificuldade em diferenciar-se parece contribuir para a diminuição da confiança em si mesma, pois se a confiança vem por meio de experiências laborais (Savickas 2005; Ambiel, 2019) e da crença na capacidade de resolução de problemas (Duarte, 2019).

A falta de apoio percebida na forma como descreve o desencorajamento e chantagens, vindas da mãe e da avó, quando fala de sua ida para outro estado, parecem dificultar sua trajetória na carreira que até então tem elegido a partir de sua formação superior que é a formação em Psicanálise. Após a finalização em psicologia, ainda assim o apoio dos amigos e apoio financeiro do pai parecem encorajá-la a continuar motivada com seu plano, o que corrobora com estudos que observam a relação entre o apoio social percebido e o desenvolvimento de recursos de adaptabilidade (Wang & Fu, 2015). Parece ser na narrativa, a possibilidade para desconstrução e reconstrução das histórias de B.

(Savickas, 2013), ao que ela mesma observa ao narrar a partir das escolhas nas escalas propostas e que pode dar sentido nas suas diferentes interações (MacMahon, 2015). Considerando a multiplicidade de influências entre os diferentes sistemas, família, escola, faculdade, bem como o próprio sistema interno de emoções e pensamentos, parece ser em uma lógica voltada para entender os padrões de funcionamento pessoais e familiares, um caminho importante para que B. se diferencie. E de forma mais distanciada aprender a observar estes padrões (Andolfi, 2019) e dedicar-se ao seu processo de adaptabilidade diante das mudanças (MacMahon, 2015).

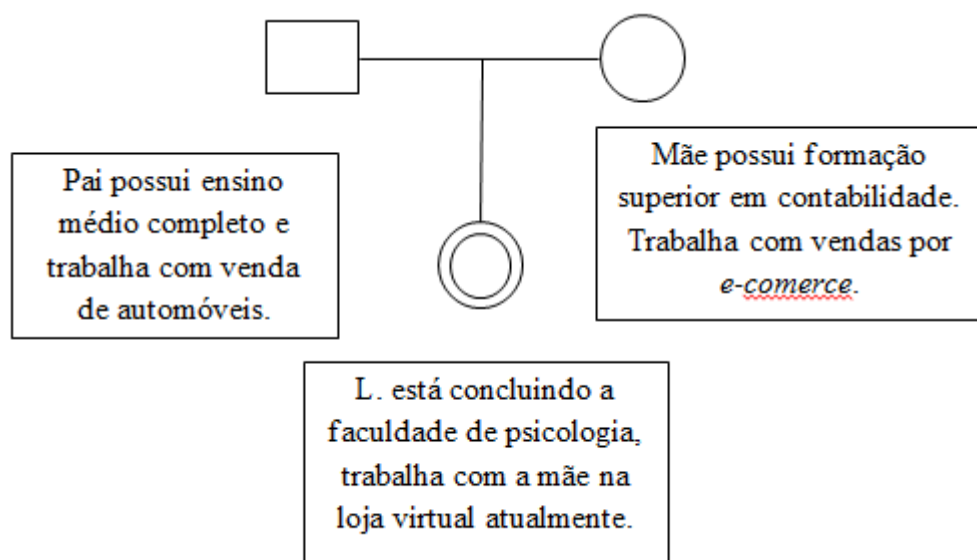
É possível fazer ainda a análise da influência do suporte social percebido (brevemente citado acima) nos recursos de adaptabilidade e na diferenciação do *self* de B.. Tanto o apoio financeiro do pai, que se dispõe a apoiar B. em seus estudos futuros, concernentes com seus planos. Como o apoio emocional de sua tia, validando suas observações a respeito dos padrões relacionais de sua família, o apoio da psicoterapia, e ainda o encorajamento de amigos, parecem ajudar B. a desenvolver seus recursos de adaptabilidade para que B. desenvolva controle e preocupação em relação aos estudos e curiosidade na medida em que se organiza para arriscar algo que deseja desenvolver futuramente (Savickas, 2005). Esta relação entre apoio social e adaptabilidade de carreira corrobora Hirschi (2015) que afirma que suporte social antecede a adaptabilidade de carreira. A falta de apoio emocional percebida por B. na relação com a avó e a mãe, bem como a percepção de B. de que tem muita dificuldade em dar conta dos compromissos da faculdade parece corroborar Fosco e Sartori (2017), quando afirmam que relações conflituosas com familiares próximos, trazem diminuição do senso de superação e eficácia a jovens universitários. Esta falta de apoio percebida por B. parece afetar também a forma como se responsabiliza diante das próprias escolhas, por vezes tendo dificuldade em assumir seus compromissos e escolhas futuras, o que interfere na dificuldade em se diferenciar de sua família de origem (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988).

Quanto à relação com experiências laborais, o estágio com idosos parece trazer a B. a percepção de sua condição de dar conta de um trabalho, bem como de se observar tendo satisfação com a realização deste trabalho. Esta experiência inclusive lhe ajudou a considerar a possibilidade de realizar o TCC nesta área, e eventualmente trabalhar nesta área. O que corrobora Ambiel e Salvador (2019) que observaram que se o indivíduo se percebe responsável para exercer a função atual ele terá maiores níveis de satisfação atual. E ainda Ambiel, Santos e Dalbosco (2016) que observaram que o comportamento exploratório do aluno é importante para seu processo de adaptabilidade.

4.1.3 Estudo de caso L.

L. tem 22 anos, está no último período do curso de Psicologia, é filha única, mora atualmente com os pais, mas após sua formatura irá se casar e morar com seu atual noivo. Ela trabalha com sua mãe em um negócio de vendas online pelo *Instagram*. Sua mãe tem graduação em Ciências Contábeis, e seu pai possui o ensino médio completo. Atualmente seus pais são autônomos.

O genograma do estudo de caso L está representado na figura 4 a seguir.



Fonte: Elaborada pela autora, 2022.

Figura 4. Genograma estudo de Caso L.

4.1.3.1. Fatores Indexados

L. relata que foi criada pelos pais, sua mãe trabalhava o dia inteiro e fazia faculdade à noite. L. então foi cuidada por seu pai, que possuía maior flexibilidade em relação ao trabalho. Quando L. nasceu sua família morava em Itapema, depois se mudaram para Itajaí e atualmente moram em Balneário Camboriú. Nas férias costumava ficar na casa da avó e era cuidada por ela e por algumas tias.

Na adolescência, L. começou a trabalhar como monitora de uma *van* escolar, auxiliando no cuidado com as crianças. No início de sua faculdade, logo no segundo mês, L. começou a trabalhar como jovem aprendiz em uma empresa de RH. Neste trabalho obteve experiência na área da psicologia organizacional. Após um período de dois anos de trabalho foi efetivada e teve experiência com recrutamento e seleção, aprendeu a fazer entrevista, integração de novos funcionários e treinamento. Neste período o salário era para suas contas pessoais, não necessitando do dinheiro para pagar a faculdade.

Em 2019 passou a trabalhar com sua mãe no escritório de contabilidade dela, o que facilitou a conciliação com os períodos de estágio da faculdade e consequente demanda de estudo. A sua mãe então fez uma transição para a área de vendas por *internet* e atualmente trabalha de forma exclusiva com isso, L. a auxilia neste trabalho e de lá retira sua fonte de renda. Com a vinda de L. para a empresa de sua mãe houve um acordo de que parte do salário de L. seria para pagar a faculdade, sendo que até então esta era paga pelos pais. Em boa parte do curso, L. contou com auxílio de bolsa, o que também contribuiu com o pagamento de seus estudos.

A partir da pandemia, L. passou a estudar de forma online, inclusive até o final de sua graduação. L. se forma em dois meses a partir da realização da entrevista. Após a formatura, L. irá se casar e atualmente está envolvida com o planejamento de sua formatura e de seu casamento e segue trabalhando com sua mãe na loja virtual. Ela pretende iniciar atendimentos online após a retirada de seu registro profissional e ingressar

num curso de especialização. Sua mãe lhe ofereceu o espaço de casa para iniciar os atendimentos.

4.1.3.2. Fatores não indexados

L. se considera divertida, esforçada, um pouco tímida. Alguém que vai atrás do que acredita. Vê sua graduação como uma grande conquista, pois os últimos anos foram muito cansativos, em especial por conciliar estágio, TCC e trabalho. Disse ter momentos em que ficou em dúvida em relação à escolha pela psicologia e que foi a sua garra que a ajudou a concluir o curso. Reconhece-se como alguém que possui muitos privilégios, como por exemplo, ter acesso a transporte e atualmente poder ter acesso a um ambiente adequado para o estudo que passou a ser online em função da pandemia. Observa que há um longo caminho pela frente e que a inserção profissional lhe parece ainda mais difícil, o que a ainda lhe traz dúvidas quanto ao futuro. Sua decisão pela psicologia se deu no 1º ano do ensino médio, até então considerava cursar arquitetura ou nutrição, porém a partir da fala de uma colega sobre a psicologia, passou a se interessar pelo tema, buscar mais informações e seu interesse pela atuação do psicólogo cresceu e depois disso não considerou outra opção de curso.

“No ensino médio comecei a pesquisar [...] o que um psicólogo fazia, e não tirei mais aquilo da minha cabeça” (L.).

Com relação à família L. considera que são muito próximos, que possuem uma boa relação, percebe que há conflitos, mas os avalia como normais, e acredita que estejam relacionados ao fato de ainda morar com seus pais. Na infância tinha mais proximidade com seu pai, que era quem cuidava dela, pois trabalhava como autônomo, o que em sua opinião lhe dava maior flexibilidade, enquanto sua mãe trabalhava em um emprego com carteira assinada e fazia faculdade. Hoje em dia se vê mais próxima a mãe, com quem se identifica e observa que pessoas próximas às consideram bastante parecidas. Ela se observa

como alguém que aprendeu a se dedicar aos seus desafios, e que nisto se parece com seus pais. E diz que costuma ouvir isso de outras pessoas, ela está habituada a ouvir que é parecida com seus pais tanto na aparência, como no jeito de ser.

“Tem esses atritos que eu falo pra você, mas são coisas pequenas e que a gente sempre consegue resolver na hora assim” (L.).

L. observa que seus pais se dedicam muito a ela, e sempre a incentivaram a concluir a faculdade e a deixaram livre para fazer suas escolhas, apoiando mesmo sendo uma escolha diferente da área de atuação conhecida pela família, diferente do que observa em alguns colegas que são pressionados pelos pais a seguirem um determinado caminho. Ela sempre se sentiu apoiada e livre para decidir. Com relação ao trabalho, L. observa que embora tenha aprendido muito na empresa de RH, hoje, poder trabalhar com a mãe em casa lhe dá uma liberdade maior inclusive para focar nos estudos da faculdade, ela acredita que se não fosse por esta oportunidade precisaria adiar sua formatura para dar conta de conciliar trabalho e estudo. O salário recebido era para gastos pessoais inicialmente, L. nunca sentiu pressão dos pais para trabalhar, mas sentia a pressão social por ver todo mundo trabalhar e querer ter seu próprio dinheiro.

“Então assim essa questão social mesmo e para ter realmente meu dinheiro para poder pagar as minhas coisas, poder guardar um pouco de dinheiro no que fosse possível” (L.).

A relação com a faculdade é de sentimentos variados, no início conseguia prestar bastante atenção nas aulas e não estudava muito, mas mais ao final foi sentindo a necessidade de estudar, sente falta de estar com os colegas em sala de aula, embora fosse muito cansativo conciliar trabalho e faculdade. L. se sente privilegiada em poder fazer este curso e participar de congressos. Nos estágios identificou-se com o atendimento clínico e com atendimento na delegacia da mulher L. planeja fazer uma pós-graduação, mas no momento quer começar a clinicar para posteriormente retomar os estudos, também

considera estudar para concurso voltado à área em que fez estágio, mas atualmente prefere fazer uma pausa, focar no planejamento do casamento e seguir trabalhando com sua mãe enquanto inicia atendimentos online para adultos e adolescentes. Ela avalia que os estudantes saem da faculdade sem ter qualificação suficiente para atuar, e que é necessário investir em novos cursos e continuar se especializando.

“É uma relação de amor e ódio” (referindo-se a faculdade) (L.).

Para L. ser adulto é difícil definir, porém entende que esteja relacionado à responsabilidade e pagar suas contas mas entende que via muito além disso. Entende que o conforto da casa de seus pais a impede de avaliar como a vida realmente seja, mas que de certa forma já vive como adulta por se responsabilizar por suas escolhas e pagar suas contas. Ela acredita que quando se casar e se mudar para sua casa irá encontrar dificuldades nos primeiros meses para se ajustar as novas rotinas, mas avalia que já vivencia a adultez, porém numa escala menor. L. observa que seus pais a veem como alguém esforçada e que embora more com seus pais, possui comprometimento, e o relaciona a seu compromisso com a trajetória com o trabalho que iniciou aos 16 anos e com o fato de trabalharem na mesma empresa. Para L. A relação com a pandemia foi facilitada pela possibilidade de trabalhar em casa e ter um local adequado para o estudo remoto.

As questões relacionadas à profissão e a planejamentos futuros costumam ser conversadas com a mãe que interage e inclusive faz sugestões do que ela poderia fazer, bem como a ajuda com possível *networking* e disponibilidade para início de seus atendimentos na clínica, sua mãe a ajuda a planejar o casamento e a pensar em momentos como o chá de panela. L. costuma conversar com os pais sobre sua saída de casa, acredita que todos sentirão a mudança. Mas evita conversar assuntos relacionados a finanças do casamento e formatura e assuntos sobre sua intimidade com o noivo.

“A gente conversa sobre a minha saída de casa, acho que vai ficar todo mundo muito abalado, mas ninguém tá querendo admitir” (L.).

4.1.3.4. Análise da Entrevista

Diferenciação do self

L. observa que em sua relação familiar encontra apoio e segurança. Sente isso mesmo quando seus pais tenham uma opinião diferente da sua, como foi com a escolha da psicologia, que para os pais era um curso diferente do que conheciam, mas segundo ela sentiu-se respeitada em sua decisão. Este acolhimento e pertencimento não lhe impedem de responsabilizar-se por suas questões. Ao contrário, parecem encorajá-la a assumir suas escolhas, ainda que as mesmas a assustem, como por exemplo, a chegada da decisão de casar-se em que ela reflete sobre as dificuldades da adultez e o entendimento de que as mesmas fazem parte da vida adulta (Ponciano, 2018; Wang & Fu, 2015). Ela observa que seus pais a descrevem como alguém esforçada e relaciona este esforço a sua busca por trabalho e estudos, esta narrativa parece encorajá-la a ver-se como alguém esforçada e comprometida com trabalho e também nas relações afetivas com amigos e familiares. Da mesma forma como L. observa sua família como encorajadora e apoiadora, também acredita ser vista por eles de forma positiva. Parece haver uma retroalimentação na relação familiar fortalecendo o sentimento de pertença e valorização pessoal (MacMahon, 2015).

“Eles me veem como alguém comprometida com trabalho, família e amigos, sempre pronta pra ajudar” (L.).

L. relata um medo muito grande de dirigir, e que resolve isso usando transporte terceirizado, porém entende que necessita trabalhar seu medo para poder ter mais independência. Observa certo “desespero” (SIC) diante do surgimento de alguma dificuldade, e que precisa trabalhar esta questão dentro si, possivelmente isso se relaciona com sua necessidade de buscar os pais para tomar decisões, assim poderia se dizer que na

dimensão intrapsíquica L. ainda mescla pensamento e sentimento (Kerr & Bowen, 1988), relatando uma sobrecarga e uma culpa advinda do erro, mesmo quando entende que o mesmo faz parte da vida, e é na relação com os pais, especialmente com a mãe, o que aparece no preenchimento dos círculos que denotam uma proximidade desejada com a mãe e um desejo por maior proximidade com o pai, que se organiza para tomar decisões. O que também demonstra o apoio familiar percebido por L.

“Observo que tendo o apoio deles (pais e noivo) tudo fica mais leve” (L.).

Ao mesmo tempo, L. está vivendo a angústia de deparar-se com questões financeiras relativas à sua formatura e casamento, quanto a esses temas, prefere não envolver os pais, bem como temas referentes à intimidade de sua vida com seu noivo. Já com o noivo relata bastante tranquilidade, e observa isso também no preenchimento da escala de diferenciação do *self*, quando destaca que possui um espaço de abertura para diálogo com seu noivo e espaço para cuidar de sua própria vida. L. observa que os conflitos em casa são, segundo ela, normais e na escala de diferenciação do *self* afirma que ficaria muito abalada caso houvesse conflitos maiores em família. Ela parece estar no processo de diferenciar seu *self* (Bowen, 1978, Kerr & Bowen, 1988).

L. parece estar em busca do que considera importante para si mesma, na dimensão interpessoal, porém, têm-se a impressão de que seja difícil para ela quando esteja diante de conflitos, o que pode dificultar seu posicionamento frente ao outro e frente a si mesma. Ela parece no momento não ter tanta clareza sobre seu futuro profissional, ora fala de uma especialização, ora fala de iniciar seu consultório, até mesmo considera uma pós-graduação.

Ela parece esperar o apoio familiar para que este início aconteça. Embora procure resolver suas questões financeiras em relação à própria formatura e casamento, este tema parece ser motivo de tensão para ela, que busca soluções pessoais para esta situação.

O quadro 6 mostra exemplo de narrativas de L. a partir da escala de diferenciação do *self*.

Quadro 6

Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por L.

Item da Escala	Narrativa
20. Fico preocupada quando percebo que posso perder minha independência nas relações íntimas.	Hoje eu não vivo isso, mas se vivesse isso me deixaria muito preocupada.
29. Discussões com meus pais ou irmãos ainda fazem com que eu me sinta mal.	Discussões com meus pais e até com meu noivo me abalam bastante.
45. Sinto que é importante ouvir as opiniões dos meus pais antes de tomar decisões.	Não que eu vou seguir exatamente o que eles falam, mas a opinião deles é importante para mim.
32. Nunca consideraria voltar-me para algum dos membros da minha família na procura de apoio emocional.	Eu sei que posso contar com eles.
36. Quanto estou com o (a) meu (minha) esposo (a) companheiro (a) sinto-me frequentemente sufocado (a).	Me sinto acolhida por ele e por meus pais.
42. A nossa relação poderia ser melhor se o (a) meu (minha) esposo (a) companheiro (a) me desse o espaço que necessito.	Quando alguma coisa não tá legal a gente tenta conversar [...] e eu tenho meu espaço sozinha.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Diante da dimensão intrapessoal, sua tensão e seu medo em relação a aprender a dirigir, por exemplo, parecem lhe impedir de superar o desafio (dificultando assim a separação entre a razão e a emoção). Ainda assim ela encontra uma solução pessoal para o seu dilema, sem depender de que o outro resolva seu conflito, pegando um UBER.

Adaptabilidade de Carreira

Diante das tarefas de acordo com faculdade e trabalho e da transição da faculdade para o mercado de trabalho, L. vai manifestando sua adaptabilidade de carreira. Ela fala da dificuldade em finalizar a graduação no modelo EAD em função da pandemia, reconhece seu próprio esforço em administrar trabalho e faculdade, e observa que a adaptação para o trabalho online na empresa familiar contribuiu para qualidade de vida atual e maior foco nos estudos. Ela tem dúvidas quanto aos caminhos que ira seguir em função do término da graduação, mas deseja desenvolver o trabalho junto a clinica. Ela fala que ao se formar, entende que venha então o momento mais difícil, caracterizado pela inserção no mercado de trabalho. Na adolescência foi por meio de palestras que decidiu pela faculdade de psicologia, costumava se imaginar na faculdade e nos eventos em que participaria, mas durante a faculdade observou uma crescente relação difícil em função da rotina cansativa entre trabalho e faculdade. Sua habilidade de preocupação parece estar atrelada ao trabalho que realiza isto também aparece durante o período da própria faculdade em que optou por trabalhar e estudar concomitantemente, garantindo assim sua independência financeira (Sun et al., 2020).

“É uma relação de amor e ódio, era cansativo trabalhar todos os dias e ainda ir pra faculdade à noite [...] com o EAD senti falta de estar lá na universidade” (L.).

Ela relata que não haveria necessidade de trabalhar durante o período de graduação, porém observa pessoas que iniciaram o período laboral já aos 14 ou 16 anos e demonstra admiração por isso, assim o fato de ter iniciado o trabalho com 16 anos lhe dá confiança em si mesma, o que corrobora Savickas (2005) em que relata que a confiança está atrelada

a condição de crer que consegue realizar e isso vem por meio da experiência do indivíduo. L. também relata que no período em que trabalhou na organização sentia-se vista como alguém que era profissional ali de sua área, e isso a encorajava a sair do ninho dos pais. Esta narrativa corrobora Bocciardi et. al (2017) em que afirmam que a autoeficácia no trabalho e na busca por trabalho preveem um papel significativo na adaptabilidade de carreira. E ainda Romero et al. (2019) que perceberam que práticas profissionais facilitam a exploração de si mesmo contribuindo para o desenvolvimento da adaptabilidade de carreira.

Atualmente L. trabalha com os pais, e vê nisso uma facilitação para dedicar mais tempo à faculdade, ela observa que tem muito receio em dirigir, e isso a incomoda bastante, mas que resolve esta questão usando UBER, porém deseja poder tirar sua CNH (carteira nacional de habilitação), pois entende que esta dificuldade a limita e que o valor pago ao UBER atualmente torna este gasto com transporte também bastante dispendioso. Sua relação com a dificuldade em dirigir também está ligada a controle (a forma como busca resolver sua dificuldade) bem como sua relação com a preocupação (como planeja resolver sua dificuldade). O tema da dificuldade em dirigir pode estar atrelado aos desafios da adultez jovem que se caracteriza por uma fase de instabilidade (Arnett, 2000; Dutra-Tomé, 2018).

Para lidar com os compromissos de faculdade e trabalho L. observa que a agenda foi muito importante para si. Pois em função das diferentes demandas, incluindo atualmente a demanda do casamento e da formatura teria dificuldade em lembrar-se de tudo que necessita realizar o que demonstra a forma como L. controla suas diferentes atividades. L. também faz uso de *check-list* para suas diversas atividades e para cada item analisa se necessitará resolver de forma presencial, online e considera o trajeto que precisará percorrer.

O que se relaciona com o item 2 (dois) da escala de adaptabilidade em que entende que é de sua responsabilidade resolver seus problemas. Ela observa as grandes demandas que possui atualmente e se organiza em função disso tomando a responsabilidade para si mesma (Savickas, 2005).

Na sua relação com o futuro L. pretende formar-se e ter um tempo de espera até iniciar uma pós-graduação, mas entende que a pós-graduação é essencial, pois observa que a graduação foi limitada e que para se profissionalizar necessitará fazer uma especialização. Em seus planos ela pretende iniciar com o atendimento clínico para então decidir o caminho que tomará em relação a qual especialização irá fazer no futuro. O desenvolvimento inicial da clinica parece estar bastante atrelado ao contexto do desenvolvimento das mídias sociais inicialmente.

“Eu penso em começar a clinicar e então até dar pequenos passos ali para construir uma imagem [...] imagino que leve tempo, mas penso que mais pra frente continuar assim essa relação com a universidade” (L.).

L. também considera a possibilidade de fazer um concurso público para atuar na delegacia da mulher, pois realizou um estágio nesta área e gostou bastante. Ela não relata algum modelo de estudo para isso, neste aspecto L. parece ainda estar curiosa em relação a diferentes possibilidades, mas não exatamente realizando um planejamento para isso. Seu foco atualmente está na vivência da formatura e do casamento, o que também se justifica pelo fato da proximidade das datas e do período de férias em que está em relação à faculdade, aguardando a cerimônia da formatura o que contrapõe os resultados da revisão integrativa de Bardagi, Fiorini e Moré (2017) quando destacam estudos que apontam jovens que tem colocado a carreira como prioridade no lugar da conjugalidade. Como L. possui um trabalho atual, seus estudos e decisões posteriores concernentes à carreira da psicologia estão atrelados ao ganho financeiro inicial da clínica, e para isso L. considera fazer uso da rede social tanto na *internet*, considerando o trabalho que já realiza com sua

mãe nesta área bem como o uso da rede de contatos que possui com pessoas mais conhecidas.

Como este trabalho não tem a intenção de questionar o conteúdo de cada decisão tomada pelos estudantes e sim observar como os mesmos narram suas trajetórias, decisões e a forma como buscam alcançá-las, observa-se que L. toma decisões e empenha-se por alcançá-las dentro do que faz sentido para ela mesma. E neste aspecto L. demonstra controle, preocupação e confiança e curiosidade, considerando seu foco no momento atual conforme foi descrito anteriormente.

Na relação com seu compromisso com os eventos futuros aos quais vem se organizando para realizar, ela diz estar muito comprometida, o que por vezes lhe gera um sentimento de ansiedade e um receio de não conseguir resolver os problemas, ela cita isso nos itens 12 e 15 da escala e diz ser difícil muitas vezes lidar com a própria responsabilidade por ter dificuldade de flexibilizar diante de um erro, assim como isso muitas vezes, segundo ela, a limita em relação a buscar alternativas para o futuro. Esta parece ser uma dificuldade relacionada ao todo da adaptabilidade, uma dificuldade em flexibilizar e adaptar em relação a mudanças (Savickas, 2013). Considerando sua fase de desenvolvimento, esta preocupação pode ser vista como parte da adultez jovem (Dutra-Thomé, 2018).

As narrativas de L. apontam para a forma ela vem construindo seu *self* e como o relaciona a sua família (Hoffman, 2020). Ela se percebe como alguém esforçada e compara isso ao trabalho que já realiza há muitos anos e que lhe dá independência, ela também observa que sua família lhe vê desta forma. No entanto emocionalmente está ainda bastante atrelada ao relacionamento familiar que parece lhe abalar muito quando diante dos conflitos.

O quadro 7 traz exemplos de narrativas a partir da escala de Adaptabilidade de Carreira do estudo de caso .L.

Quadro 7

Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por L.

Adaptabilidade de Carreira (CAAS)	
2. Perceber que meu futuro depende das escolhas de hoje. (preocupação).	O que eu estou almejando vai depender do meu esforço, do meu querer.
6. Estar preocupado (a) com a minha carreira. (preocupação).	Vejo como uma preocupação boa, estou buscando ser uma boa profissional.
19. Realizar tarefas de forma eficiente. (confiança).	Lembrei de uns <i>feedbacks</i> que recebi nas empresas que trabalhei e da minha mãe também.
12. Assumir a responsabilidade pelo que faço. (controle).	Não é nem falta de responsabilidade, mas o pós assim, resistência de que algo tenha dado errado.
10. Defender as minhas convicções. (controle).	Eu acabo concordando para evitar algum tipo de conflito, com quem tenho menos proximidade, insegurança de expor minha opinião.
15. Explorar alternativas antes de fazer uma escolha. (curiosidade).	Minha visão fica naquilo assim, não consigo ver outras possibilidades [...] diante de uma dificuldade.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Diferenciação do self e Adaptabilidade de Carreira

Parece que então que na relação com o outro ainda há a fusão com o que o outro irá pensar, visto na forma como busca o outro para poder se acalmar e encontrar soluções. Isto pode mostrar uma interdependência, ou seja, não há uma busca por rompimento, mas de um relacionamento que permite a construção na mudança do padrão de relação (McGoldrick, 1995; Johnson et al., 2014). Pode ainda manifestar uma relação de fusão que a impede de acreditar na sua capacidade de resolver os próprios problemas, o que afetaria sua condição de confiar em si mesma e buscar possibilidades e encarar desafios por meio da curiosidade na carreira (Savickas, 2005) o que corrobora o primeiro pressuposto de que há uma relação entre o constructo diferenciação do *self* e o constructo adaptabilidade de carreira, bem como com o terceiro pressuposto que investiga a relação entre diferenciação do *self* e a subdimensão confiança.

Para MacMahon (2015) basear-se em relacionamentos causais, simples e lineares não é efetivo por causa da multiplicidade e complexidade das interações dentro e entre os sistemas que se baseiam na acausalidade. Assim esta análise não pretende dar respostas em uma direção linear e causal, antes considerar e discutir as diferentes possibilidades. Para Arnett (2000) a fase da adultez é caracterizada por uma oscilação entre a sensação de estar entre a adolescência e a adultez, seguido de um sentimento de ambiguidade, sendo o tornar-se adulto um processo gradual. O que pode ser observado em L., diante dos novos desafios referentes à saída da universidade, casamento e formatura a vivência das oscilações e preocupações referentes ao futuro.

Seu contexto familiar de proximidade e apoio da parte de seus pais, e hoje também de noivo, contribui para a noção que tem de si mesma, ela se observa tanto se parecendo com seus pais, como recebe *feedbacks* positivos de sua mãe, quanto a forma de trabalhar e estudar, este reconhecimento parece contribuir para que se sinta tanto pertencente a esta família, como alguém capaz de encarar seus próprios desafios. O que corrobora Ataç et al.

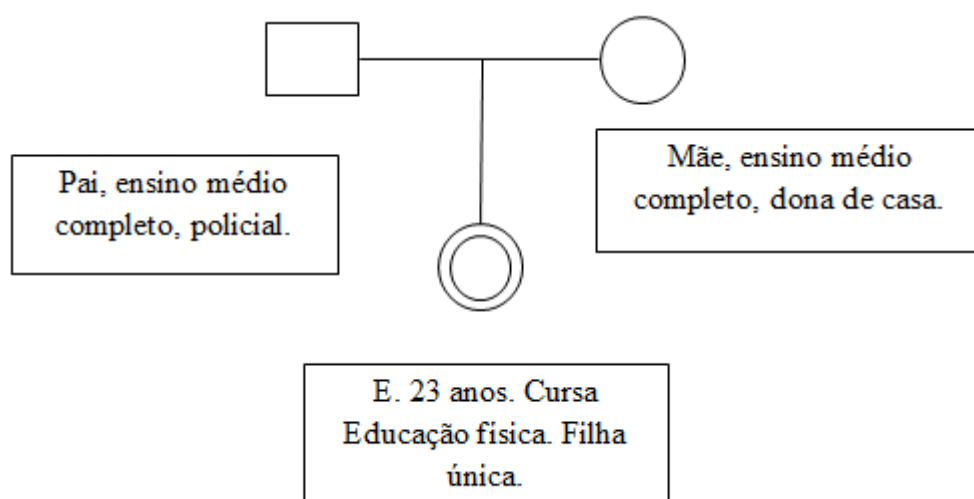
(2018) que observaram que o suporte social modera relações entre autoestima e adaptabilidade de carreira. Este apoio parece facilitar seu processo de transição e desenvolvimento de estratégias de adaptabilidade o que confirma Romero et al. (2019) quando observam que jovens que podem contar com o apoio de pessoas significativas tendem a desenvolver com maior facilidade estratégias de adaptabilidade de carreira.

A experiência laboral, que já iniciou durante o começo de sua faculdade, trouxe a ela importantes experiências que contribuíram para a forma como se descreve, ela relata que os *feedbacks* da empresa em que trabalhou trouxeram a ela a percepção sobre ser dedicada, o que certamente contribui para a construção de sua confiança, pois a confiança trata-se da dimensão em que o indivíduo se vê capacitado a resolver problemas (Ribeiro & Duarte, 2019). Os próprios *feedbacks* indicam a condição de controlar suas tarefas e dedicar-se a elas, sendo o controle a condição de ser responsável, autodisciplinada e envolvida nas decisões a serem tomadas (Savickas, 2005). Ainda a mudança de emprego parece indicar dimensão da curiosidade e seus questionamentos acerca do futuro descrevem a dimensão da preocupação (Ribeiro & Duarte, 2019). A forma como descreve a responsabilidade por suas escolhas também demonstra um *self* que vem se diferenciando, diante de dificuldades, como o próprio medo de dirigir, ela encontra soluções para não depender de que outro possa fazer por ela o trabalho, a responsabilização por si mesma é indicativo de diferenciação do *self* (Bowen, 1978). Esta informante encontra-se conforme sua idade cronológica, na fase da adulez emergente, o que também em sua vida pode-se perceber, na forma como vem construindo seu papel enquanto homem adulto. O adulto na fase da adulez emergente, em diferentes países e grupos étnicos parece ser aquele que torna-se responsável por si mesmo e toma suas decisões o que culmina no processo de tornar-se independente financeiramente (Arnett, 2000). A conexão contribui para a individuação (Aquilino, 2000).

4.1.4 Estudo de caso E..

E. tem 23 anos, é do Rio Grande do Sul e mora em Itajaí-SC, ela divide apartamento com uma amiga. Seu pai é policial, concursado e sua mãe é dona de casa, os dois tem ensino médio concluído, ambos moram na cidade de origem de E. . Ela é filha única, trabalha em uma academia de ginástica e está concluindo o curso de Educação Física.

O genograma do estudo de caso E está representado na figura 5 seguir.



Fonte: Elaborada pela autora, 2022.

Figura 5. Genograma estudo de Caso E.

4.1.4.1. Fatores Indexados

E. cresceu em uma família do Rio Grande do Sul, é filha única, embora tenha tido contato com a família extensa à sua família nuclear. Na infância costumava viajar com sua família para a casa da avó paterna com quem teve mais contato. Seu pai sempre trabalhou como policial concursado e sua mãe trabalhou em uma pequena loja próxima a casa da família pelo desejo de trabalhar, porém não por necessidade financeira da família. Nos finais de semana costumavam sair para jantar.

“Minha mãe trabalhava mais para espalhar a cabeça do que necessidade sabe” (E.).

Na adolescência, E. considerava fazer a faculdade de jornalismo por gostar muito de escrever, em casa conversavam sobre o assunto e sua mãe tinha uma preocupação com poucas possibilidades de trabalho. Sua decisão pela graduação em Educação Física foi a partir de um contato com um estágio que teve no terceiro ano do ensino médio no corpo de bombeiros, lá a partir de diálogos com instrutores entendeu que poderia cursar Educação Física sem necessariamente trabalhar com futebol na escola. Ao iniciar a faculdade em 2017, E. começou a trabalhar como professora de natação em uma academia, onde trabalhou por dois anos, inicialmente como estagiária, e posteriormente como professora efetivada. Em 2020 em função da pandemia, todos os funcionários recém-contratados foram demitidos pela necessidade de corte de custos do estabelecimento. E. então começou a trabalhar em uma outra academia que era parte de uma rede de academias no Brasil, e que recém tinha aberto na sua cidade. Após três meses trabalhando nesta academia enquanto pesquisava sobre Balneário Camboriú, achou no *Instagram* o perfil de um professor da mesma academia em Itajaí (Itajaí e Balneário Camboriú são cidades vizinhas) que conseguiu uma oportunidade de trabalho para ela.

“Eu falei do meu intuito pra ele e ele disse que tinha uma vaga pra mim em Itajaí, aí foi tudo muito rápido, em uma semana eu estava em Itajaí” (E.).

E. não possuía conhecidos na região, foi por meio de pesquisas no Facebook que encontrou um local para morar, próximo ao trabalho. Pela *internet* também conheceu um rapaz que ajudou na chegada em Itajaí, foi busca-la na rodoviária, mostrou parte da cidade e trajetos como o de casa para o trabalho. Colegas de trabalho também a auxiliaram a conhecer a cidade e boa parte conheceu sozinha. Atualmente trabalha em duas academias e divide o apartamento com uma amiga enquanto conclui o curso de Educação Física que transferiu para Itajaí.

“Eu pegava o uber, procurava na *internet* onde é e vou para lá e para tal lugar” (E.).

4.1.4.2. Fatores não indexados

Foi na relação com o trabalho que E. considerou a possibilidade de cursar educação física pois na escola achava que nunca faria o curso por não gostar de futebol, embora já fizesse academia há bastante tempo. Como gostava de estudar o corpo considerava cursar fisioterapia para dar aula de pilates, porém em conversa com um dos bombeiros entendeu que não precisava gostar de futebol para ser educadora física, ainda assim soube que aprenderia o futebol de forma muito diferente.

“Aí soltou aquilo que eu tinha e eu coloquei como primeira opção pro vestibular” (E.).

E. passou a morar longe da família pela primeira vez quando veio para Itajaí, considera a relação familiar muito boa, pois sempre se sentiu apoiada e com suas necessidades atendidas. Sentiu-se muito apoiada quando escolheu o curso de educação física, embora observa que havia uma certa pressão para cursar uma faculdade, pois os pais possuem apenas o ensino médio e na escola havia a obrigação de fazer o Enem. Sua mãe temia que a escolha fosse para um curso sem muito campo de trabalho, mas durante o curso de Educação física sente o apoio e encorajamento dos pais para continuar.

“Tem momentos que fico estressada, que não aguento mais e que quero largar tudo e ir embora, mas sempre tive total apoio deles. Conversam comigo, me mantém calma, essas coisas” (E.).

Sua vinda para Itajaí teve um apoio maior de sua mãe, que sabia de sua vontade de morar em Santa Catarina. Sua mãe lhe dizia que era melhor vir e experimentar e então fazer a escolha de ficar ou não, do que não vir e ficar pensando que deveria ter vindo. Seu pai inicialmente teve dificuldade de aceitar, mas hoje a apoia e manda dinheiro caso haja necessidade, todos os dias eles se falam por vídeo. E o pai a assegura que caso haja alguma

dificuldade ela pode vir visita-los. O diálogo é bem aberto na opinião dela, mesmo estando longe e conta que recentemente um tio muito próximo ficou doente, bem como sua avó está com demência e os pais não escondem, mas conversam a respeito.

“No começo meu pai achava que eu ia abandoná-los, aí foi meio difícil, mas minha mãe foi conversando com ele e hoje é tranquilo” (E.).

Na adolescência, E. relata que houve algumas crises familiares em função de um namoro abusivo que teve aos 15 anos, mas que depois conseguiu se libertar daquela relação e percebeu o quanto fazia mal a ela mesma e a sua família. Porém ressalta que em alguns momentos desejou sentir-se mais livre nesta fase, e sentia que seus pais continuavam a protegê-la. Isto trouxe um afastamento entre eles. Atualmente observa que a relação ficou muito mais forte com sua vinda a Santa Catarina, pois não há mais brigas e a relação ficou mais amigável do que já era na concepção de E. .

Sua relação com a faculdade inicialmente foi de muita satisfação por idealizar que estudaria apenas o que gostava, pois em função do trabalho precisou fazer matérias de semestres diferentes, podendo escolher matérias das quais se identificava bastante. Porém em determinado momento precisou assumir as matérias que faltavam e precisou se haver com disciplinas das quais não gostava como disciplinas na área de treinamento. Outra dificuldade que encontrou foi ter que fazer trabalhos em grupo com pessoas de disciplinas diferentes, e sentiu-se bastante chateada tendo que lidar com colegas que não colaboravam nos trabalhos.

Aí tu tem um estalo, vê que cada pessoa é diferente e que as coisas não são como a *internet* diz [...] momentos que achei que não ia aguentar, mas aí pensava que era só um trabalho em grupo (E.).

Em alguns momentos E. considerou desistir da faculdade e transferir para o curso de medicina veterinária em virtude das dificuldades que sentia no curso. Porém quando pensava em suas metas futuras, ou em como seria estar no campo de trabalho como

veterinária (o que envolvia lidar com animais doentes) entendia que a educação física estava mais de acordo com seus interesses e habilidades. Na faculdade sentiu-se muito motivada com o curso de corporeidade, que é uma disciplina da história do corpo e do padrão de beleza. A partir desta disciplina começou a considerar a possibilidade de fazer mestrado, pois percebeu que iria gostar de ensinar pessoas bem como trazer o tema para debate.

“Aí eu pensava minha meta não é ser treinadora, mas preciso passar por isso” (E.).

Ela considera ser alguém que pensa muito no futuro, diz utilizar uma técnica chamada de mapa dos sonhos e que o divide em mapa profissional e pessoal e então considera que deseja futuramente atender na musculação de forma mais individualizada e fazer um mestrado para lecionar na universidade. Gostaria de prestar concurso numa universidade pública, mas o dar aula é algo que lhe interessa independente de instituição privada ou pública. Não considera ir para a prática de esportes coletivos. Considerava esta possibilidade bastante enfadonha. Ela aprecia aulas coletivas de dança e até avalia a possibilidade de estudar esta área, porém a ideia de ser *personal trainer* e fazer um mestrado ainda parecem mais certos hoje dentro de seus planos. Para E. o ser adulta é algo novo que avalia estar experimentando no momento, já que antes de sair de casa não precisava se preocupar com contas de luz por exemplo, e se deseja sair para algum lugar precisa calcular se vai caber no orçamento, afirma que atualmente precisa chegar em casa e fazer a própria comida e lavar a roupa. Sente que é algo novo ao qual vem se adaptando. Ela entende que a vida adulta também tem fases e que certamente esta em uma das primeiras fases e é vivendo cada uma delas que aprende o que necessita para lidar com outro novo momento.

“Tem gente que com 23 anos está formado e tem gente que com 23 anos não sabe o que quer da vida ainda e tudo bem” (E.).

Na relação com a família, E. sente maior abertura com sua mãe, seu pai é alguém bastante calado na sua concepção e que muitas vezes sente dificuldade em conversar com ele. Os assuntos comuns entre E. e seu pai são trabalho e a família dele, há momentos em que riem juntos sobre familiares, ela sente que se dão muito bem nestes momentos. E. sente que gostaria de um pouco mais de proximidade com o pai. Com a mãe, E. conversa sobre diversos assuntos como sobre seu namorado, sobre coisas que a assustam. Assuntos sobre seus amigos pessoais ou situações mais íntimas prefere não comentar. Atualmente está buscando atendimento psicológico e procura então levar assuntos sobre os quais sente dúvida, ou angústia.

“Estava comentando com meu namorado que agradeço a Deus ter uma família que sempre respeitou minha opinião [...] nunca tive proibição de ser quem eu era” (E.).

4.1.4.3. Análise da Entrevista

Diferenciação do self

E. observa que tem apoio familiar, sente que pode contar com sua família, tanto na questão financeira como para apoio emocional, isso não a impede de ir busca de seus sonhos como a vinda para Santa Catarina por exemplo, em que o pai ofereceu bastante resistência inicial, inclusive com falas de que E. estaria abandonando sua família. Porém, E. segue seu caminho e tem o apoio da mãe que também faz a interlocução entre pai e filha. Parece que nesta família há espaço para a conversa, o que permite que os diferentes sentimentos venham à tona e possam ser ditos e administrados, desta forma o apoio emocional acontece (Nichols & Schwartz, 1998; MacMahon, 2015).

É interessante observar que embora na escala de diferenciação do *self* (item nove da escala e demonstrado no quadro 8), E., manifesta que para ela é importante corresponder as expectativas dos pais, isso está ligado ao orgulho que deseja que eles sintam e parece ser algo que a estimula a se responsabilizar por si mesma. Assim, poderia se dizer que apoio

familiar percebido e fusão com a família são coisas distantes uma da outra nesta análise de E. pois ela se vê bastante conectada com a família, observa o apoio de seus pais, reconhece os sentimentos diversos e se responsabiliza pelo que sente e escolhe na vida. A relação familiar parece caminhar para uma relação de interdependência em que E. continua sentindo-se vinculada, pertencente a família mas em uma relação em que se mostra como adulta (Kerr & Bowen, 1988; Nichols & Schwartz, 1998)

“Tenho amigos que são gays e não podem contar para a família por medo do julgamento, eu me sinto respeitada e apoiada em tudo” (E.).

O quadro 8 mostra exemplo de narrativas de E. a partir da escala de diferenciação do *self*.

Quadro 8

Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por E.

Item da Escala	Narrativa
9. Quero corresponder às expectativas que os meus pais têm de mim.	Quero muito que meus pais se orgulhem de mim.
10. Gostaria de não ser tão emotivo (a).	Qualquer coisinha já estou chorando, qualquer coisa para mim incomoda.
45. Sinto que é importante ouvir as opiniões dos meus pais antes de tomar decisões.	A gente tem aquela mania de dizer, né, que os pais sabem mais, quando tenho uma dificuldade sempre converso com eles.
32. Nunca consideraria voltar-me para algum dos membros da minha família na procura de apoio emocional. (menor marcação)	Eu procuro sim a minha família e vou continuar procurando.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

E. reconhece sua dificuldade em muitas vezes fazer a separação entre o que sente e pensa, eventos externos costumam incomodar muito, como por exemplo situações de trabalho em grupo que vivenciou na faculdade e que lhe trouxeram inclusive o ímpeto de desistir do curso, porém o reconhecimento desta característica como uma dificuldade na interação com o outro também contribui para que E. se responsabilize por si mesma, novamente o diálogo com os pais parece ajuda-la a superar os desafios. E. complementa que atualmente buscou terapia e que muitas questões tem direcionado para esta relação psicoterápica, suas buscas assim vem se deslocando para uma perspectiva mais interna, aonde faz os seus próprios caminhos (Boscolo & Bertrando, 2021), mas o apoio parental por meio de narrativas que a encorajam parecem dar sentido as suas buscas atuais (Hoffman, 2020).

Na dimensão interpessoal, E. se mostra como alguém que se posiciona em relação ao outro, mesmo que isso represente em certos momentos o enfrentamento de conflitos em virtude de opiniões diferentes da sua, como no exemplo de sua mudança para outro estado. Ainda assim, sua procura pelo apoio familiar existe em um modelo de relação de interdependência. Na dimensão intrapessoal E. vem desenvolvendo a condição de separar seus pensamentos de seus sentimentos. Ela se observa como alguém impulsiva, mas parece ser o que chama de impulsividade a força necessária para seu processo de mudança, mantendo assim seu posicionamento diante de sua tomada de decisão.

Adaptabilidade de Carreira

Com relação à adaptabilidade de carreira, E., logo manifesta bastante desenvolvimento em curiosidade, quando busca um trabalho que seja em outro estado, indo atrás de pessoas e novos contatos para que pudesse encontrar um trabalho dentro do que desejava para si que era vir morar em Santa Catarina. Na escala, ela inclusive relata quando narra a questão 15 (explorar as alternativas antes de fazer uma escolha) que se considera muitas vezes alguém que age impulsivamente, porém parece ser esta

impulsividade que lhe ajuda a encarar desafios, arriscando-se para alcançar o que deseja (Savickas, 2005). Em sua vinda para um novo lugar, sua garantia foi sua vaga de trabalho, foi por meio dela que se encorajou a vir para outro estado.

“Aí deu uma semana e eu já comecei a trabalhar aqui né, usei o Facebook, quase nunca uso, para pesquisar um lugar pra morar” (E.).

No seu processo de mudança também se pode observar a forma como usou a habilidade de controle para procurar lugar para morar, pois foi em busca de lugares, pessoas que não conhecia, explorando através da *internet* primeiramente, e depois em sua chegada foi por meio de informações adquiridas com colegas e um amigo que fez logo que chegou que conheceu a região e os lugares que necessitaria saber para poder viver na nova cidade. A escolha pela profissão também mostra que embora E., não desejasse fazer educação física em função da ideia que tinha a respeito do que seria atuar nesta profissão, foi por meio de diálogos com um bombeiro em um trabalho que realizou, que percebeu que as outras opções que existiam dentro da educação física, como atuar dentro de uma academia lhe eram interessantes. Assim, parece que E., por meio de suas vivências laborais, busca diferentes diálogos que possam agregar informações para sua tomada de decisão. O que corrobora Bocciardi et. al. (2017) em que afirmam que a autoeficácia no trabalho e na busca por trabalho preveem um papel significativo na adaptabilidade de carreira. E ainda Romero et al. (2019) que perceberam que práticas profissionais facilitam a exploração de si mesmo contribuindo para o desenvolvimento da adaptabilidade de carreira.

Assim também a forma como planeja em cima das possibilidades demonstra a habilidade da preocupação. Pois ainda no exemplo de seu desejo em vir morar em outro estado, ela busca novos contatos, desenvolve diálogos que possam lhe ajudar a organizar-se para realizar seu plano (Savickas, 2005). Sua preocupação com o futuro é bastante grande, o que muitas vezes até impede de viver o presente, como narra a partir da escala na

questão seis. E. relata que aprecia o otimismo, o que também é uma característica do controle, e parece ser o que a ajudou a enfrentar os desafios na faculdade. Ela conta que durante o período da faculdade, teve muita dificuldade em lidar com pessoas em trabalhos em grupo, pessoas que não se comprometiam que não realizavam sua parte a deixavam muito estressada. Em virtude do trabalho precisou fazer disciplinas de semestres diferentes do seu, isto também era algo difícil em função da convivência com pessoas diferentes. Seus pais lhe diziam que estas situações eram parte do processo da faculdade, e ela pensava que precisaria aprender a lidar com as diferentes situações que também teria no seu trabalho (Hirschi, 2009). Muitas vezes considerou deixar o curso e seguir para medicina veterinária, porém em seus diálogos internos, considerava que ver o sofrimento de animais era algo que não conseguia se imaginar vivenciando. E. conta que pensa muito no futuro, porém ainda está considerando diferentes possibilidades. Ela gostou muito de uma disciplina chamada corporeidade, cujo assunto é a história do corpo. Sua apreciação pela disciplina a fez considerar a possibilidade de fazer mestrado para um dia lecionar, mas ainda não tem clareza sobre isso. Ela conta que em alguns momentos faz o mapa dos sonhos para lhe ajudar a pensar nos passos em relação ao futuro. Ela gosta muito do que faz hoje no trabalho, que é trabalhar com musculação, e considera trabalhar como *personal trainer*, mas também se vê dando aula de dança coletiva. Suas experiências laborais contribuem para a exploração de si mesma e contribuem na satisfação com o trabalho (Ambiel & Salvador, 2019).

“Minha ideia é fazer mestrado e dar aula em universidade, mas isso é vago pra mim, depende de como forem rolando as coisas” (E.).

Sua confiança parece estar atrelada a dedicação em procurar fazer as coisas bem feitas, dedicar-se ao momento em que vive, e arriscar-se naquilo que acredita ser importante para si mesma. Ela entende que embora se preocupe muito com seu futuro, há pessoas que não tem ainda clareza de seus próprios objetivos e entende que o processo é

diferente para cada pessoa. Relata que facilita muito seu caminho já ter a clareza que possui atualmente sobre o que quer profissionalmente. E que é vivenciando as diferentes fases que conseguirá a aprender a lidar com os novos desafios. A adaptabilidade pode ser vista também como um processo semelhante a auto eficácia, que desencadeia um conjunto de respostas adaptativas como planejamento, decisão e exploração que contribuem para a adaptação do indivíduo em seu novo contexto (Rossier, 2015).

O quadro 9 traz exemplos de narrativas a partir da escala de Adaptabilidade de Carreira do estudo de caso .E.

Quadro 9

Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por E.

Adaptabilidade de Carreira (CAAS)	
15. Explorar as alternativas antes de fazer uma escolha (curiosidade).	Eu tenho um sério problema, que é ser impulsiva e achar que o que vi tenho que fazer.
7. Manter-me otimista (controle).	É a chave de tudo, só ver o lado ruim as coisas tendem a ser piores.
8. Tomar decisão por mim mesma (controle).	Posso pedir opinião para meus pais, mas eu mesma tenho que dar um ponto final.
6. Estar preocupada com minha carreira (preocupação).	Eu me preocupo demais com o futuro e acabo esquecendo o presente.
10. Defender as minhas convicções (controle).	A gente tem que defender o que aprendeu, às vezes aprender a ouvir do outro também.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Diferenciação do *self* e Adaptabilidade de Carreira

Na relação de E., com sua família, ela destaca que sua família possui dificuldades, que a relação com o pai costuma ser mais distante, mas ela observa pontos de encontro e comunicação com pai, principalmente no bom humor e, em assuntos relacionados a família. Com a mãe a relação é mais aberta, sua mãe inclusive a ajudou no momento em que decidiu mudar de cidade, conversando com seu pai, para quem a decisão foi mais difícil. Atualmente E., observa que com sua mudança para um estado distante geograficamente dos pais a relação melhorou. Ela sente muitas saudades, e fala que hoje entende o que é ser adulta por ter de pensar nas contas e nos gastos que possui para poder se sustentar. Tudo isso, segundo ela, contribuiu para que pudesse entender melhor seus pais, mas também observa que estes a apoiam e sempre reafirmam que ela pode contar com ajuda financeira deles caso haja alguma necessidade. Isto pode mostrar uma interdependência, ou seja, não há uma busca por rompimento, mas de um relacionamento que permite a construção na mudança do padrão de relação (McGoldrick, 1995; Johnson et al., 2014).

Parece ser tanto a adaptabilidade de carreira que contribui com o processo de diferenciação do *self* quanto o contrário. Ou seja, o comportamento exploratório, o controle, a preocupação e a confiança contribuíram para que E., tomasse a decisão de vir morar em outro estado. E isto parece contribuir para a construção de uma relação de interdependência entre E., e sua família. O que corrobora o primeiro pressuposto de que há uma relação entre o constructo diferenciação do *self* e o constructo adaptabilidade de carreira. Ainda sobre esta relação, pode-se falar do fenômeno da recursividade (MacMahon, 2015), em que não há um fenômeno que causa o outro, mas uma troca em que um processo retroalimenta o outro.

Em seu processo de exploração, bem como da sua relação com a faculdade, E., acredita em sua capacidade de lidar com seus problemas, o que a encoraja a seguir adiante,

mesmo que para o pai fosse muito difícil este processo de separação. Parece ser a confiança em si e o apoio parental advindo da mãe o que E., precisou para dar seus passos em direção ao que buscava para si mesma. Assim, a relação entre diferenciação do *self* e a subdimensão confiança, se mostra coerente com este processo. O apoio familiar neste caso descrito pela mãe de E., parece ter sido bastante importante neste processo (Hirschi, 2015). Assim também como pode-se dizer que a família de E., pode ser chamada de um sistema aberto, em que há relação com a possibilidade de mudanças (MacMahon, 2015), o que parece trazer a possibilidade de adaptação diante de momentos novos e desafiadores, mesmo que seja algo diferente do planejado, como foi para o pai de E., que no princípio, diante da novidade de sua mudança, encarou o processo como um abandono por parte da filha, mas pôde se adaptar e aceitar o desejo de sua filha. O posicionamento de E., ajudou-a a seguir com seus planos, e seus pais se reajustaram a isso, a relação de interdependência permite que a o *self* seja destrinchado por parte do jovem neste processo de diferenciação do *self* (Nichols & Schwartz, 1998). Considerando a fase da adultez de E., a oscilação parece estar mais relacionada com os passos em relação ao futuro, já que ela mesma observa que atualmente já tem independência financeira, que é um dos marcos importantes ao fim da adultez emergente, (Dutra-Thomé et.al, 2018).

O apoio social percebido pode ser observado tanto na forma como E. encontra força nas palavras dos pais que mesmo a distância a encorajavam com palavras e reasseguram que ela pode contar com eles para o que vier a precisar. Esta relação de apoio corrobora Fiorini e Bardagi (2018) que observaram que a comunicação e a satisfação com a relação familiar parecem ser importantes recursos para o desenvolvimento de adaptabilidade e diferenciação do *self*. Ainda com relação ao suporte social observado ao longo da análise de E. pode-se destacar o trabalho de Ataç et al. (2018) que puderam observar que suporte social percebido (tanto de familiares como de amigos) prediz adaptabilidade de carreira e tem função moderadora na relação entre percepções de auto-estima e as dimensões da

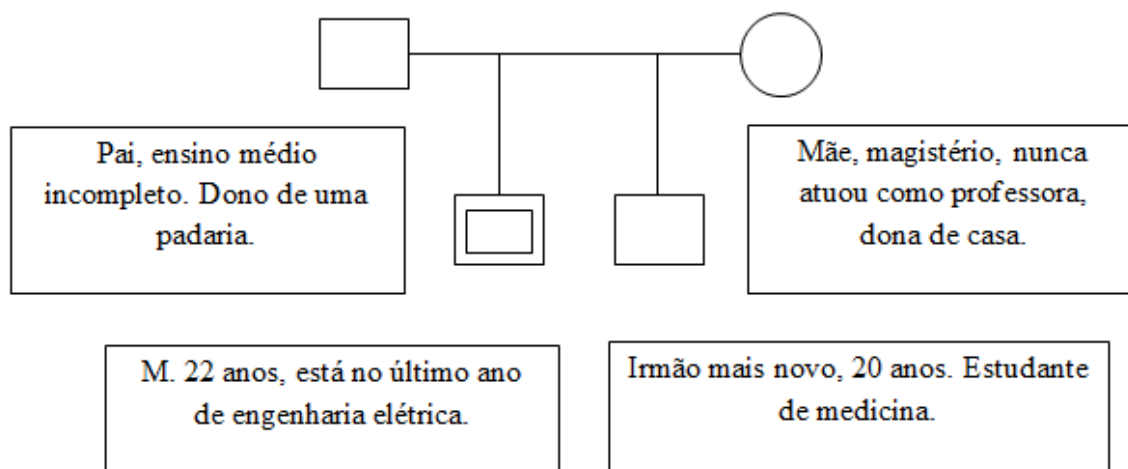
adaptabilidade de carreira. Para Wang e Fu (2015) o suporte social percebido promove autoeficácia e adaptabilidade de carreira.

Quanto a relação com vivências laborais, observou-se que já no momento de escolha profissional os possíveis diálogos com profissionais dentro da área de trabalho de E. permitiram a ela pesquisar e tomar decisões em relação a escolha pelo curso. Durante a faculdade E. lidou com trabalho e estudos, e foi a pesquisa por um trabalho na região em que ela desejava morar que lhe permitiu mudar de cidade, sendo este um plano pessoal de algum tempo. Esta relação com o trabalho deu a E. a crença de que poderia fazer a mudança que desejava, o que corrobora Bocciardi et al. (2017), que perceberam que o desenvolvimento de autoeficácia no trabalho pode dar suporte a adaptabilidade de carreira. E ainda o trabalho de Romero et al. (2019) que perceberam que práticas profissionais facilitam a exploração de si mesmo, planejamento e controle, que são dimensões da adaptabilidade. E por último o trabalho de Ambiel e Salvador (2019) que verificaram que pessoas que tem experiências laborais desenvolvem maior conhecimento de si e adaptabilidade de carreira.

4.1.5 Estudo de caso M.

M. tem 22 anos, esta no nono período do curso de engenharia elétrica, em uma universidade federal. Ele mora atualmente com seus pais e irmão mais novo. Seu irmão, porém deve retornar a cidade onde cursa medicina (Araranguá), pois esteve com os pais e com M. em sua cidade natal em virtude da pandemia. Sua família mora na cidade de Balneário Camboriú, na mesma residência desde que M. nasceu. Sua família mora em um apartamento em um prédio que foi construído para a família de seu pai. Assim, os cinco irmãos, incluindo seu pai, cada um possui um apartamento neste prédio. Sendo que dois irmãos (um irmão e uma irmã) não moram neste prédio e tem seus apartamentos alugados.

O genograma do estudo de caso M está representado na figura 6 a seguir.



Fonte: Elaborada pela autora, 2022.

Figura 6. Genograma estudo de Caso M.

4.1.6.1 Fatores Indexados

M. é o filho mais velho, mora com sua família na mesma casa desde o seu nascimento. Ele e sua família moram em Balneário Camboriú. Seu irmão tem dois anos a menos do que ele, e durante a pandemia morou junto à família, porém está retornando a cidade em que cursa medicina pela universidade federal. M. está cursando engenharia elétrica pelo instituto federal, que fica a uma cidade próxima à sua e desta forma M. mantém-se morando na mesma casa que sua família de origem.

Ele relata que em sua infância foi criado pela mãe, pois o pai permanecia na padaria desde as quatro horas da manhã até às oito horas da noite, todos os dias. Sua mãe cursou pedagogia, mas, nunca atuou na área. Até o nascimento do irmão, a mãe trabalhava com o pai na padaria algumas horas. Porém, com o nascimento do irmão, ela passou a ficar em casa para cuidar dos filhos. Quando ainda criança, a avó de M. adoeceu e toda a família de cinco irmãos de seu pai (incluindo o pai) envolveu-se no cuidado desta avó. A mãe de M.

passou a alternar os cuidados com os filhos com os cuidados com esta avó paterna. A avó faleceu nove anos depois, quando seu M. estava com 17 anos.

A adolescência de M. foi na mesma casa. Sua primeira experiência de trabalho foi no estágio da faculdade, algumas vezes atuou junto ao pai na padaria, mas era algo esporádico que acontecia nas férias da graduação. Seu estágio aconteceu em meio a pandemia, e surgiu a partir de sua busca pessoal por trabalhar. Durante a pandemia optou por trancar algumas matérias e fazer o estágio. Neste momento está retomando as aulas no formato presencial e atua como técnico dentro da empresa em que trabalhou como estagiário. Há uma possibilidade de ser contratado para trabalhar como engenheiro nesta empresa, porém em função das matérias que ele ainda precisa concluir, seus horários estão tomados em boa parte do dia pela universidade. Assim, M. está conciliando seu trabalho atual como técnico e finalizando a faculdade.

4.1.6.2. Fatores não indexados

M. conta que desde que nasceu mora na mesma casa, e conta que sua casa fica em um prédio de cinco apartamentos que seus avós construíram, cada filho (tios e o pai de M.) possui um apartamento ali. O prédio é da família, assim ele cresceu morando bastante próximo de toda a família paterna. Ele relata que sempre teve acesso a escola particular, e que fez o ensino fundamental e médio nesta escola. Ele conta que seus avós são todos falecidos, e que a família tem uma trajetória de muita doença. Sua avó materna faleceu quando M. tinha dois anos de idade, e já fazia hemodiálise há um bom tempo antes do falecimento. Seu avô materno faleceu quando M. tinha cinco anos. Sua avó paterna adoeceu quando M. ainda era criança, e ficou conhecida na cidade por ser uma idosa que ficou nove anos acamada, sendo cuidada pelos cinco filhos. Cada dia um filho, ou filha ficava com sua avó. Em sua casa, em função do trabalho de seu pai, era sua mãe que exercia este papel, dividindo o tempo de cuidado com os filhos e cuidando de sua avó

paterna. Quando M. tinha 17 anos, esta avó faleceu. Segundo ele, apesar da família morar tão próxima, a relação era boa e não havia brigas.

Sua decisão pela engenharia foi bastante individual na sua percepção. Segundo ele, seus pais não tem graduação, sua mãe possui o ensino médio e o curso de magistério, e seu pai não chegou a concluir o ensino médio. Poucos primos possuem formação universitária. Ele sempre gostou de mexer em máquina, então considerava fazer engenharia por gostar de mexer em máquinas e por gostar muito de matemática. E cálculo. Inicialmente M. desejou fazer engenharia civil, porém observou que o mercado estava saturado deste tipo de engenharia, e após uma palestra sobre engenharia elétrica e engenharia mecânica, se afeiçãoou mais a engenharia elétrica e fez prova em diferentes universidades, incluindo o instituto federal, em que decidiu por realizar o curso. Ele observa que teve momentos em que pensou em desistir, porém achou melhor seguir com o curso e agora se vê quase concluindo a graduação. Ele será o primeiro engenheiro da família.

“Sempre quis engenharia [...] avaliei todas as possibilidades [...] decidi pela engenharia por gostar de matemática e calculo” (M.).

Seu pai possui comércio há 33 anos, trabalhando no ramo da panificação. Sua mãe trabalhou como balconista de uma padaria depois de fazer magistério, e após engravidar de M. parou de trabalhar, ainda retomou o trabalho com seu pai por um tempo, mas após a gravidez de seu irmão fez a opção de permanecer em casa para cuidar dos filhos. Ela até considerou voltar a trabalhar, mas com o adoecimento de sua avó paterna, sua mãe dedicou-se aos cuidados dela. Com a morte de sua avó em 2016 culminando com o crescimento dos filhos, sua mãe dedicou-se um ano refletindo se retomaria os estudos, pois considerava estudar pedagogia. Em 2018 optou por retornar ao trabalho com seu pai na padaria, onde atua até o presente momento. Segundo M. sua mãe sempre foi muito próxima, e foi quem criou os filhos. Já que o trabalho de seu pai exigia que ele ficasse desde as madrugadas até a noite na padaria. Ele observa que seu pai acabou não

participando de sua criação, mas emenda falando que o pai nunca deixou faltar nada para a família, e que ele sempre entendeu como filho que o pai não podia estar junto por estar em seu trabalho. Atualmente observa uma maior proximidade com o pai em função de já ser adulto e obter uma maior liberdade.

“Meu pai nunca deixou faltar nada pra gente, eu sempre entendi que ele não podia porque estava trabalhando” (M.).

Sua relação atual com a família é positiva na sua percepção, ele gosta da relação que tem com seus pais. Ele relata que seu pai se preocupa com coisas que em sua percepção não precisaria mais se preocupar, e acredita que isso se deva ao fato de não ter participado de sua criação e conseqüentemente não ter visto seu crescimento. Ele exemplifica contando que quando sai de carro seu pai dá recomendações exageradas e desnecessárias, lembrando o que ele pode e o que ele não pode fazer. Ele já observa que para a mãe é diferente, e se sente mais compreendido por ela, com se ela pudesse observar que ela já possui condições de ser mais autônomo. Ele observa que isto acontece tanto com ele como com o irmão. Mas avalia que o relacionamento familiar é bom. Ele costuma compartilhar situações de sua vida com sua mãe, e buscar o apoio dela. Já com o pai, quando este discorda dos filhos, acaba tendo dificuldade de aceitar as decisões dos mesmos. M. procura levar em consideração tudo que o pai fala, pois entende que é fruto da preocupação que ele tem com os filhos.

Quando entrou na universidade, M. relata que teve um choque em relação ambiente, segundo ele a dificuldade não foi para se enturmar, mas para entender a parte funcional da faculdade. Hoje já sente bastante clareza sobre os procedimentos da universidade, ele relata que uma dificuldade foi pelo fato de ser a quarta turma a estar estudando engenharia elétrica ali. Ele observa que há boas oportunidades na faculdade, porém tem um pouco de dificuldade de encontra-las. Mas quando encontra oportunidades se agarra a elas, ele conta que já teve um artigo publicado, fruto de uma planta controle de

fluidos para a universidade, também já apresentou seminários em outra cidade. Ele iria fazer um intercâmbio para outro país, mas em virtude da pandemia, não conseguiu realizar este plano. A pandemia foi difícil para M., neste período observou muita dificuldade em estudar por meio de aulas remotamente. Por isso na época optou por fazer o estágio e deixar as disciplinas para o momento em que as aulas voltaram a ser presenciais. No atual momento, M. trabalha como técnico em uma empresa em que tem planos de ser efetivado como engenheiro no momento em que se formar, hoje ainda não é possível devido seu horário intenso de aulas na faculdade. Este emprego é fruto de seu estágio da faculdade e é seu primeiro emprego. Ele também gostaria de ir trabalhar em outra cidade ou região, mas tem dificuldade de se imaginar longe de seus familiares.

“Vou esperar me formar para decidir” (M.).

M. não possui namorada, ele conta que até o momento presente nunca namorou, mas tem alguns bons amigos. Ele conta que tem amigos desde a infância até hoje. E que na faculdade também fez amizades muito importantes para ele. Para ele amizades são muito significativas. Ele já percebeu que houve amigos que se aproximaram dele para obterem nota em trabalho. Mas que há outros em que pode confiar tanto da infância, faculdade e também no trabalho. Seus amigos o percebem como alguém muito inteligente, mas ele não se vê assim, acredita que alguém muito inteligente saberia sobre tudo, o que na sua percepção não é o que acontece. Ele avalia que sabe muito sobre poucas coisas, o que entende que seria um talento seu. “Eu tenho alguns amigos que boto a mão no fogo por eles, e acredito que eles botam a mão no fogo por mim” (M.).

Ele se descreve como alguém que é bastante curioso, e que corre atrás de entender para poder replicar, ele exemplifica contando que gosta muito de carros, e que em sua casa há uns carros velhos em que gosta muito de mexer, buscar entender e estudar. Ele reflete sobre o quanto sua família é importante para si, a ponto de ser difícil se imaginar estar longe de seus familiares. Ele não entende se isso é defeito ou qualidade, mas avalia que é

desta forma que se vê. Segundo ele sua família o vê como alguém curioso, ele conta que recentemente desejou aprender a tocar sanfona, conseguiu um instrumento emprestado, aprendeu algumas coisas pela *internet* e atualmente está tendo aulas com um professor. E também teimoso, porém evita falar quando não tem certeza de algo, mas quando estuda algo e passa a ter certeza sobre o assunto, passa a insistir naquilo e então ninguém consegue fazê-lo mudar de ideia. Ele também reconhece que seu pai possui o mesmo padrão de funcionamento, então quando vai conversar com o pai sobre algo que observa a iminência de discussão, prefere parar de insistir em sua ideia. Com sua família, M. conversa sobre vida profissional e faculdade, ele procura a opinião de seus pais sobre esses assuntos. Eles também costumam conversar sobre os parentes, já que moram próximos. Assuntos ligados a relacionamento afetivo M. não costuma conversar com seus pais.

M. observa que não gosta de lidar com conflitos, procura evita-los ao máximo, ele entende que os conflitos vêm do fato de alguém tentar impor sua ideia a outrem, e ele manifesta ódio a isto. Ele entende que diante de diferentes opiniões é importante respeitar a opinião alheia. Diante de frustrações procura manter a calma, procura entender seu erro e em que momento iniciou a frustração, e de quem foi o erro. Caso o erro tenha sido seu, procura evitar repeti-lo para não se frustrar novamente. Para M. ser adulto é ter responsabilidade, ser responsável por cuidar de uma casa e de um relacionamento amoroso. Entende que é preciso ser responsável também pelas relações com seus amigos.

4.1.6.3. Análise da Entrevista

Diferenciação do self

Para M. a relação com seus familiares e com seus amigos é algo muito importante, para ele estar próximo à família pode inclusive causar-lhe dúvida diante de possibilidades de emprego em outros lugares, pois estar longe de seus familiares não lhe parece algo interessante. Ele não avalia isto como certo ou errado, mas se sente em dúvida sobre o que

deseja viver no futuro, pois gostaria de ter experiências novas, mas não aprecia a distância de quem lhe é caro. Diante de conflitos M. relata que prefere fugir a ter que lidar com discussões. Possivelmente isso se relaciona ao fato da convivência com familiares bastante próximos a sua residência. O que pode também trazer a tona um padrão familiar em que para os membros desta família é difícil distanciar-se geograficamente. Parece que para M. é bastante difícil desagradar, o que aparece em sua fala quando demonstra procurar com frequência o lado de seu pai, mesmo quando este discorda de suas escolhas. Isto corrobora a narrativa da questão 38 da escala, em que ele relata que procura sempre causar uma boa impressão. Isto pode afetar sua forma de se posicionar em relação ao outro. Por outro lado, é através do estudo que ele se posiciona, inclusive sendo chamado de teimoso por alguns. Em sua fala, M. afirma que a partir do momento em que aprende sobre algo em que anteriormente tinha dúvida, passa a defender esta ideia, mesmo que seja diferente do que o outro pensa. Assim, embora agradar seja algo muito importante para M., suas buscas individuais por aquilo que ele mesmo argumenta parece ser a forma como ele se posiciona em relação ao outro, demonstrando o desenvolvimento de uma relação de interdependência em seu processo de diferenciação do *self* (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988).

Em momentos diferentes M. relata que aprecia manter a calma diante dos desafios, ele narra a partir da questão quatro, que a calma em sua opinião, é o melhor remédio. Esta forma de agir contribui para seu processo de diferenciação na dimensão intrapsíquica (pensar e sentir). Ele narra isso a partir da questão 40, quando relata que por vezes observa sentir menos que outras pessoas, mas que acredita que sinta menos em situações que para ele não são tão importantes. Ele exemplifica contando de uma viagem em que fez para outro estado, tendo sido recomendado por um amigo que descreveu a região, dando ênfase a beleza geográfica, porém observou não sentir o mesmo impacto, mas entendeu isto como algo que envolve sentir e pensar de maneiras diferentes. Assim, nesta dimensão, segundo sua narrativa, M. apresenta um *self* mais diferenciado que o possibilita ser mais objetivo e

resistir à pressão dos impulsos emocionais, o que contribui para que esteja em contato íntimo com os outros, sem ser absorvido pela relação (Nichols & Schwartz, 1998).

O quadro 10 contém as principais narrativas dos itens da Escala de Diferenciação do *Self* selecionadas por M..

Quadro 10

Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por M.

Item da Escala	Narrativa
38. Pergunto-me, frequentemente acerca do tipo de impressão que crio.	Sempre evito causar qualquer tipo de má impressão.
4. Tendo a manter-me bastante calmo (a), mesmo sob estresse (sob pressão).	Eu acredito que a calma é o melhor remédio para tudo.
7. Independente do que aconteça na minha vida, sei que nunca perderei a noção daquilo que sou enquanto pessoa.	A gente não poder perder nossa essência... Como o cara que se desfaz dos amigos só porque ganhou muito dinheiro.
2. Tenho dificuldade em expressar os meus sentimentos às pessoas que são queridas.	Com gesto é mais fácil, mas com palavras é mais complicado expressar sentimentos pelas pessoas que moram comigo.
16. Sinto-me frequentemente desconfortável quando as pessoas se aproximam demasiadamente de mim.	Isso não é nada verdadeiro, gosto muito quando as pessoas se aproximam de mim, gosto de fazer amizades, e de aprender coisas novas.
40. Sinto as coisas mais intensamente que os outros.	Pra mim é ao contrário, às vezes acho que sinto menos que os outros, mas acho que depende do que gosto, do que me traz felicidade.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Na dimensão interpessoal, M. demonstra posicionar-se em relação aos seus próprios objetivos pessoais, ela afirma ser muito difícil afastar-se de sua família de origem, mas isto não o impede de responsabilizar-se por suas escolhas. Na dimensão intrapessoal ele afirma separar sentimentos de pensamentos, o que parece se mostrar na forma como lida com seus compromissos de forma objetiva. Ele considera seu apego à família, mas este parece ser um padrão familiar que não o impede de considerar a possibilidade de aproveitar oportunidades em outras regiões.

Adaptabilidade de Carreira

Em sua relação com os recursos de adaptabilidade de carreira, M. demonstra controle diante das tarefas da faculdade, o que leva com bastante seriedade na sua percepção, quando diante das aulas remotas, observou sua dificuldade em concentrar e entender as disciplinas, e optou por trancá-las e fazê-las no momento em que as aulas retomassem o modo presencial, neste período realizou o estágio obrigatório, o que lhe rendeu um emprego depois de finalizado. Sua disciplina e envolvimento diante de decisões a serem tomadas demonstram controle (Savickas, 2005). Quanto à dimensão preocupação, M. não se vê como alguém que tenha clareza sobre seus objetivos futuros, porém sua narrativa demonstra preocupação com isso, sendo a consciência uma característica da preocupação (Savickas, 2005), esta é a forma como M. demonstra preocupação, reconhecendo suas dificuldades em elaborar seus objetivos no momento atual, isto pode ser observado nas narrativas das questões um, dois e cinco, em que ele mesmo as relaciona e diz ser difícil considerar como planejar seu futuro sem ter os seus objetivos definidos.

Ele se considera alguém bastante curioso, que aprecia conhecer pessoas novas e aprender sobre coisas novas, porém parece avaliar ter dificuldade em se lançar diante do desconhecido, como um emprego distante de sua cidade, mesmo observando ser algo que deseja realizar. A curiosidade envolve a atitude de arriscar-se, buscando todas as oportunidades pertinentes ao seu eu (Savickas, 2005). Ele relata envolver-se em descobrir

como acontece o funcionamento de um carro, por exemplo, sendo esta uma forma como se apresenta sua curiosidade. Esta também aparece em sua fala sobre a questão 13 em que se percebe como alguém que busca analisar as possibilidades a sua volta. Quando M. destaca a questão 17, ele relata observar com cuidado as críticas que os outros trazem a seu respeito, pois vê nisso oportunidade para crescimento. Na dimensão da confiança, M. vem vivenciando neste momento suas primeiras práticas profissionais, porém relata ser alguém que busca compreender o funcionamento das coisas que lhe interessam e aprender sobre elas. Sua percepção sobre si é de que é uma pessoa calma, principalmente para lidar com situações de estresse. Assim, sua calma para lidar com situações estressantes e a crença em sua capacidade para resolver problemas contribuem para o desenvolvimento da dimensão confiança (Savickas, 2005).

O quadro 11 traz exemplos de narrativas a partir da escala de Adaptabilidade de Carreira do estudo de caso .M.

Quadro 11

Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por M.

Adaptabilidade de Carreira (CAAS)	
17. Analisar de forma aprofundada questões que me dizem respeito. (curiosidade).	Procuo analisar de forma aprofundada as críticas que me dizem respeito, para evoluir como pessoa.
19. Realizar tarefas de forma eficiente. (confiança).	Fazendo de forma eficiente, acredito que será rápido.
13. Explorar o ambiente à minha volta. (curiosidade).	Observar e analisar o que está a minha volta sempre foram uma característica minha.

Refletir sobre como vai ser o meu futuro. (preocupação).	Eu tenho muita dificuldade para refletir como vai ser meu futuro.
Perceber que meu futuro depende das escolhas de hoje. (preocupação).	Eu não tenho meus objetivos mirados na minha frente sabe.
5. Planejar como alcançar os meus objetivos. (preocupação).	Eu não consigo planejar um caminho, porque eu não tenho certeza de qual vai ser meu objetivo.

Fonte: elaborado pela autora, 2022.

Diferenciação do self e Adaptabilidade de Carreira

Para M. a diferenciação do *self* se dá de forma única e acontece na maneira como manifesta seus posicionamentos em relação as suas escolhas de vida. Suas narrativas permitem que encontre sentido em meio à complexidade (MacMahon, 2015). O que por vezes acontece em direção à proximidade de sua própria família e amigos, pois ele conta que estes relacionamentos são bastante importantes para ele. Sua proximidade, no entanto não faz com que se sinta ameaçado, o que é característico de um *self* que esta se diferenciando (Kerr & Bowen, 1978). Ele parece estar no processo de diferenciar-se, e ainda não tem clareza de seus objetivos para a vida, o que é característico de seu momento de vida, considerando suas dúvidas como parte do momento atual que se adequa ao período de adultez emergente (Arnett, 2000). Na dimensão intrapsíquica, M. em sua forma mais objetiva e calma (conforme sua percepção) de lidar com as situações de vida encontra caminhos de diferenciar-se em relação ao outro. A condição de discernir entre pensamentos e sentimentos é característica de um *self* diferenciado (Bowen, 1978; Kerr e Bowen, 1988). É interessante observar que este processo se dá com M. morando na mesma casa com seus pais, o que corrobora Fiorini e Bardagi (2018) que observaram que o morar

em casa diferente da família de origem não necessariamente torna o jovem mais diferenciado, assim como morar com os pais não impossibilita o processo de diferenciação. Sua relação com a família de origem vem sendo destrinchada, com conversas e negociações, e não passivamente aceita, ou relativamente rejeitada o que se assemelha a proposta de Nichols e Schwartz (1998) que afirmam que a relação precisa ser resolvida, destrinchada e não negada ou rompida no processo de diferenciação do *self*.

Na relação com recursos de adaptabilidade de carreira M, apresenta controle na forma como se dedica às tarefas concernentes a faculdade (com apresentação de trabalhos e publicação de um artigo) e ao trabalho atual, sua preocupação aparece na forma como se questiona em relação ao futuro, ao mesmo, para ele ainda parece difícil pensar em objetivos para o futuro. Sua curiosidade se evidencia na maneira como busca aprender sobre aquilo que é novo, principalmente em relação a temas ligados a sua área de estudo. A confiança se mostra relacionada às dimensões anteriores, pois na medida em que M. experimenta e resolve seus desafios se mostra confiante. As quatro subdimensões se mostram na relação de M. com o desenvolvimento de sua adaptabilidade de carreira (Savickas, 2005).

Na medida em que M. se responsabiliza por sua vida e reposiciona sua família de origem ao lugar que ela entende ser adequado a eles neste momento (o que não acontece sem ausência de conflito na sua percepção, em especial com seu pai), ele se responsabiliza por si mesmo e direciona suas forças e habilidades para adaptar-se ao momento de vida atual, que envolve emergir enquanto adulto o que não é tarefa fácil para ele e parece envolver responsabilidade, relacionamento e decisões. O movimento inverso também pode ser observado, na medida em que assume o controle de suas escolhas, e faz progressos em relação a sua adaptação na carreira que escolheu para si, avança e sedimenta seu processo de diferenciar-se de sua família de origem. Assim, observa-se o ciclo da recursividade, em

que um processo retroalimenta o outro, sem que esta relação seja causal, mas sim, cíclica (MacMahon, 2015).

Seu contexto familiar de proximidade, apoio, bem como suas amizades às quais destaca como muito importante para si, parecem facilitar seu processo de transição e desenvolvimento de estratégias de adaptabilidade o que confirma Romero et al. (2019) quando observam que jovens que podem contar com o apoio de pessoas significativas tendem a desenvolver com maior facilidade estratégias de adaptabilidade de carreira.

A experiência laboral, diante do momento de estágio demonstrou tanto a sua responsabilidade diante dos novos desafios, o que manifesta um *self* diferenciado que se responsabiliza por suas atitudes (Bowen, 1978) bem como manifesta o desenvolvimento da dimensão controle, o que contribui para uma maior satisfação com sua ocupação atual (Ambiel & Salvador, 2019). Este informante encontra-se conforme sua idade cronológica, na fase da adultez emergente, o que também em sua vida pode-se perceber, na forma como vem construindo seu papel enquanto homem adulto. O adulto na fase da adultez emergente, em diferentes países e grupos étnicos parece ser aquele que torna-se responsável por si mesmo e toma suas decisões o que culmina no processo de tornar-se independente financeiramente (Arnett, 2000). A conexão contribui para a individuação (Aquilino, 2000).

4.1.6 Estudo de caso I.

I. tem 23 anos, está no último período do curso de Engenharia Elétrica de uma universidade pública. Ela mora com seus pais e é filha única. Atualmente foi contratada na empresa do Porto da cidade onde mora, após ter sido estagiária durante o período em que cursou a faculdade. Seu pai é aposentado, porém ainda realiza alguns serviços ligados a sua formação de técnico em elétrica. Sua mãe, desde que I. era muito pequena, ficou em casa para criar a filha, em virtude de um problema de saúde da mãe, e em função da família entender que não compensaria financeiramente a mãe trabalhar fora.

O genograma do estudo de caso I está representado na figura 7 seguir.

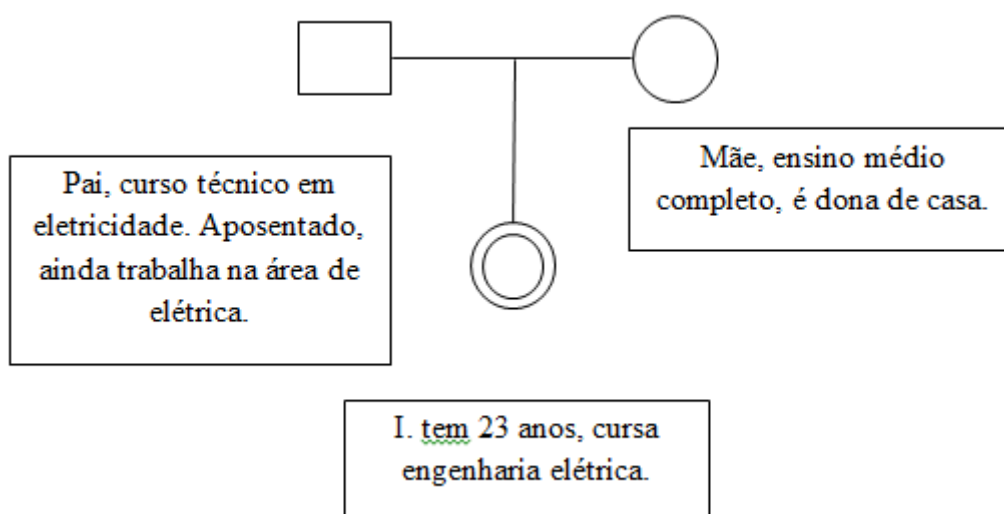


Figura 7. Genograma estudo de Caso I.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

4.1.6.1 Fatores Indexados

I. Cresceu na cidade em que mora até hoje. Foi criada bastante próxima de sua mãe, que durante a maior parte de sua vida foi dona de casa. Em consequência de um quadro de saúde em função de uma trombose e por trabalhar em um lugar que financeiramente não compensava estar fora de casa, houve uma decisão de que a mãe estaria em casa cuidando de I. Sua mãe participou dos encontros de pais da escola, se envolveu nos passeios da escola. Sua casa era ponto de encontro para os trabalhos escolares dos amigos, que com frequência ficavam em sua casa. Seu pai sempre esteve envolvido com bastante trabalho e acompanhou mais a distância o desenvolvimento de I. Nos finais de semana a família tinha momentos juntos, podendo ter maior proximidade. Hoje os momentos em família ainda acontecem, mas I. também faz programações individuais dentro de sua realidade de amigos e compromissos pessoais.

I. escolheu a engenharia elétrica por ser a faculdade federal presente em sua cidade de origem, ela considerava fazer engenharia civil em uma universidade federal, mas em virtude da dificuldade geográfica, decidiu iniciar o curso de engenharia elétrica e fazer o ciclo inicial de engenharia para ver como se adaptaria ao curso. Com a identificação com o curso, seguiu na mesma graduação e hoje está perto de se formar. Sua participação na faculdade está vinculada aos estudos, aulas, estágios e envolvimento com centro acadêmico e comissão de formatura. Em 2020 fez um intercâmbio em Portugal pela faculdade, período que coincidiu com a pandemia, o que exigiu que ela ficasse dentro do apartamento em que morava com os colegas de outros países, ainda assim permaneceu até o fim do período de intercâmbio que foi de quatro meses. Atualmente, I. foi contratada pela empresa em que fez estágio e está conciliando trabalho e final da faculdade.

4.1.6.2 Fatores não indexados

I. considera difícil falar sobre si mesma, mas logo desenvolve sua narrativa, contando que sempre morou em Itajaí com seus pais. Ela conta que a escolha pela engenharia elétrica foi inicialmente para ver se se identificaria com o curso, já que seu desejo maior era pela engenharia civil. Porém, com o decorrer do curso, gostou bastante e optou por ficar na mesma engenharia e gostou da forma como o curso aconteceu, pois logo no início já havia matérias específicas. I. relata que seus pais inicialmente desejaram que parasse um ano para refletir um pouco sobre a vida, em função de seu início bastante cedo na faculdade, porém ela quis continuar cursando pois gosta de estudar, de ir atrás das coisas e de estar envolvida com o que está acontecendo. Ela já fez parte de uma empresa júnior da faculdade, também do centro acadêmico, e atualmente está montando uma comissão de formatura, pois gosta de estar sempre engajada. Atualmente foi contratada na área em que atuou como estagiária. Este trabalho é ligado à engenharia, porém não à engenharia elétrica, pois trabalha com manutenção no Porto de Itajaí, ali trabalha com elétrica, mas

também hidráulica. Ela comenta que possui alguns hobbies como pedalar, sair, cuidar de seu cachorro que já está idoso (com 15 anos), estar com amigos e cozinhar.

“Meus pais até queriam que eu parasse um ano pra pensar na vida, mas eu não quis perder o embalo” (I.).

Ela relata que sempre gostou de estudar, que a faculdade não foi feita por obrigação, a relação com os estudos sempre foi leve, mas entende que é um curso muito difícil e já houve momentos em que pensou em desistir, principalmente no início do curso, mas coisas como o desenvolvimento de amizades na faculdade, o desenvolvimento do hábito de pedalar, bem como seu desejo de fazer intercâmbio, lhe ajudaram a superar os desafios e transformar a relação com a faculdade em algo bom para si. Ela sempre lembra que foi uma escolha e não uma obrigação, e a rede de amigos lhe dá muito suporte, pois estudam juntos, se ajudam trocando informações, e encorajando a continuar a faculdade, principalmente no momento em que todos se encontram na reta final em direção à formatura.

Ela comenta que sua decisão por fazer o curso não foi baseada em estar mais perto dos pais, foi pelo preço caro da moradia em outra cidade, e por toda necessidade de locomoção. Quando entrou na universidade, desejou logo entrar no estágio, até para conseguir ingressar no programa de intercâmbio. Ela relata que realizou o processo de intercâmbio sem contar a seus pais, pois não queria criar expectativa em ninguém. O período de intercâmbio coincidiu com o período inicial da pandemia, pois I. viajou em fevereiro de 2020 para Portugal. Ela conta que a pandemia dificultou o acesso às aulas presenciais, porém oportunizou que I. estivesse em contato com alunos de diversos países, pois moravam todos juntos no mesmo apartamento. No apartamento faziam jantãs temáticas com o intuito de apresentar uns aos outros os lugares de onde cada aluno veio, o que para I. foi muito significativo. Ela relata que seus pais pediram para que ela voltasse antes do tempo, em função do grande medo marcado pelo início da pandemia, porém ela

entendeu que abandonaria seu projeto se voltasse para o Brasil antes do tempo. Assim sendo ela entrou em contato com os hospitais e verificou que teria acesso ao atendimento como cidadã portuguesa caso necessitasse de algum tratamento. Também entrou em contato com o seguro viagem e, assim, tomou a decisão de continuar em Portugal até a conclusão de seu intercâmbio. Embora seus pais desejassem sua volta antecipada, respeitaram sua decisão. Ela relata que foi muito aberta para esta experiência, e que estava ciente de que moraria com pessoas que não conhecia, e não tinha barreiras para provar novas comidas e comunicar-se com as diferentes pessoas que estavam juntas no mesmo apartamento. A convivência foi muito tranquila.

“Para minha família foi bem desesperador, eles queriam que eu voltasse logo, mas eu pensei que estava me sentindo segura e fiquei até terminar o projeto, decidi com meus pés no chão” (I).

A informante relata que seu pai não concluiu a faculdade, porém fez um curso técnico em elétrica com o qual trabalhou e ainda trabalha, mesmo estando aposentado. Seu pai também é envolvido com política, engajado com projetos sociais. Para o pai foi uma surpresa a escolha de I. para a engenharia elétrica, pois nunca quis influenciá-la a isso. A relação com o pai é boa, porém, em sua opinião, há mais conflitos por I. ser filha única e entender que para o pai muitas vezes é difícil não ser ciumento, tendendo a protegê-la. Também se vê parecida com o pai e acredita que isto resulte em alguns choques. Quando há alguma dificuldade entre os dois, ela relata que o pai não costuma pedir desculpas à filha, e que seu caminho geralmente é trazer algum mimo de comida no dia seguinte a uma discussão e desta forma fazem as pazes. Ela avalia que aos poucos ele está entendendo que ela “caminha com as próprias pernas”, em suas palavras, mas que entende que é um processo. Quando há um compromisso social, o pai por vezes tem dificuldade de entender que I. não tenha o desejo de ir junto, o que para a mãe já é mais tranquilo. I., porém, entende que não há mais necessidade de acompanhar seus pais em todos os compromissos

deles e considera que há uma maior resistência da parte do pai. Todavia, procura acompanhá-los em alguns programas, por entender que em uma relação há momentos em que precisa ceder. Quando há compromissos com familiares I. gosta de participar, inclusive costuma dirigir o carro quando há viagens para outras cidades, pois a família possui muitos parentes que moram em outras regiões. Isso também a ajuda a se sentir à vontade para negar a participação em compromissos em que não vê sentido em sua participação, ou até mesmo para negociar mudanças para datas diferentes das que foram programadas pelos pais.

“Aí ele fala, não pode ir não, como se eu precisasse de autorização, porque eu sei que vou de qualquer jeito, aí tem aquela resistência inicial, mas depois fica tudo certo”
(I.).

A relação com a mãe sempre foi mais tranquila. Sua mãe sempre a incentivou nos estudos, participando de grupos de pais, trazendo seus amigos para estudarem e brincarem em sua casa. Como sua mãe não trabalhou fora, ela procurou se dedicar muito à educação de I., sendo sempre muito próxima. Hoje em dia I. sente-se apoiada por sua mãe em suas decisões em busca de autonomia. Na sua infância a mãe esteve muito presente e seu pai trabalhava em outra cidade, mas procurava estar presente nos finais de semana. Era comum passeio em família dos quais I. tem muitas memórias positivas.

Ela costuma conversar sobre trabalho, amizades e algumas vezes sobre planos para o futuro, sente-se aberta para conversas, mas sente mais abertura em conversar com sua mãe, inclusive sobre relacionamentos. Assuntos que não são em comum não costumam ser conversados, como seus hobbies, tecnologia, que é uma coisa que I. gosta bastante. Ela também evita falar sobre conflitos com outras pessoas, pois sente que os pais se ressentem por ela. E ainda evita assuntos sobre problemas no trabalho, pois observa que seu pai, por ter muitos anos de experiência, acredita que ela queira suas sugestões sobre os acontecimentos referentes ao seu emprego. Para ela, ser adulto é assumir

responsabilidades, pois atualmente, em virtude da faculdade difícil, não consegue se sustentar financeiramente e morar sozinha, mas entende que seu futuro depende de que estude com dedicação, com planejamento e esforço.

Às vezes eu ficava naquele limbo de que não era adulta por não ter contas para pagar, mas ser adulta é assumir que sou responsável pelo meu futuro e preciso organizar e planejar, ter jogo de cintura e equilíbrio (I.).

4.1.6.3 Análise dos resultados

Diferenciação do self

A relação de I. com seus pais, segundo sua narrativa, parece ser harmônica, com desafios, especialmente com o pai, para quem ela percebe que seja mais difícil entender seu crescimento. Sua forma de lidar com as situações com o pai são comunicando o que pensa e sente, cedendo em alguns momentos, procurando negociar visitas familiares que ela mesma gosta de fazer, mas também escolhendo eventos que são significativos a ela, em detrimento de eventos que são significativos apenas aos pais. Quando I. escolhe fazer seus próprios compromissos, costuma enfrentar uma resistência paterna, porém entende que seja difícil para seu pai e isso não a impede de seguir com seus planos pessoais. Sua posição do eu parece estar clara, mas isso não a impede de ceder em alguns momentos que entende serem importantes para os pais, o que demonstra o desenvolvimento de uma relação de interdependência (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988). Ela descreve uma cena da qual aprecia muito, que é pegar a estrada com pais para visitar familiares que moram em áreas distantes e fazer todo o trajeto dirigindo o carro, pois seu pai não gosta muito de dirigir. Esta parece ser uma metáfora interessante da relação e I. com seus pais: ela tem relacionamento próximo com os dois, porém ela mesma está na direção de sua vida, posicionando-se em relação as suas escolhas pessoais, decidindo desde em quais eventos irá com sua família, até situações bem maiores, como permanecer ou não na universidade,

fazer intercâmbio, resolução de conflito no trabalho, entre outros. Isso aparece na sua narrativa a partir das escalas, em que ela relata dividir com o outro o que pensa e sente. Ela relata que há momentos em que é necessário dividir com o outro (neste caso com seus pais) para ouvir a opinião de quem está próximo, mas não com o intuito de buscar aprovação, mas de troca (MacMahon, 2015).

Sua relação com a dimensão intrapsíquica (pensar e sentir) parece estar em desenvolvimento. Ela se reconhece emotiva, e que em certos momentos desejaria ser menos emotiva, mas isto parece ser algo sobre o qual I. vem refletindo, pois na narrativa sobre a escala ela avalia que é importante reconhecer e validar os próprios sentimentos (Bowen, 1978). Pode-se exemplificar trazendo a forma como ela mesma conduziu sua viagem de intercâmbio, pois optou por não contar aos pais enquanto todo o processo não fosse devidamente confirmado, para não ter de lidar com as expectativas que possivelmente geraria nos mesmos. Bem como durante sua estadia em Portugal, durante a pandemia, em que, apesar da aflição dos pais e desejo de que voltasse para o Brasil, após verificar com cautela todos os cuidados necessários no país em que estava, optou por permanecer e finalizar o intercâmbio.

Desta forma, I. vem decidindo o que fazer e qual posição tomar em relação ao que os pais pensam e sentem, o que contribui para sua autonomia, separando-se dos pais sem deixar de pertencer (Andolfi, 2019).

A forma como lida com seus sentimentos e pensamentos em relação à família parece se estender para as relações interpessoais em geral, tanto na faculdade, em que relata a importância das trocas, como no trabalho. Ela narra a partir da escala que recentemente se viu em meio a uma situação bastante estressante e observou que procurou manter a calma para poder dizer com clareza o que estava pensando, posicionando-se com relação a sua forma de entender a situação.

O quadro 12 mostra exemplo de narrativas de I. a partir da escala de diferenciação do *self*.

Quadro 12

Narrativas a partir dos itens da Escala de Diferenciação do Self selecionadas por I.

Item da Escala	Narrativa
4. Tendo a manter-me bastante calmo (a), mesmo sob estresse (sob pressão).	Ontem mesmo na empresa passei por uma situação estressante, mas procurei ter calma para poder me expressar.
10. Gostaria de não ser tão emotivo (a).	Eu me sinto bem emotiva, às vezes as pessoas se culpam por sentir demais, eu não tenho vergonha disso.
20. Fico preocupado (a) quando percebo que posso perder a minha independência nas relações íntimas.	Uma situação em que me senti muito invadida, assim de querer sair junto em situações que eu não queria companhia.
39. Quando as coisas correm mal, falar sobre elas normalmente piora-as.	Eu procuro expor o que estou sentindo e eu consigo ver a situação de outra forma.
31. Estou mais preocupada em fazer o que é correto do que em obter a aprovação dos outros.	Às vezes a gente precisa dialogar só pra entender, mas não fico procurando por aprovação.
19. Acredito que não faz sentido aborrecer-me com coisas que não posso mudar.	Demorei pra perceber isso, mas tem muitas coisas que não estão no meu alcance e não posso ficar sofrendo.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Na dimensão interpessoal, I. se mostra como alguém que se posiciona em relação ao outro, tanto em pequenas decisões familiares, como diante de situações maiores como sua continuidade em outro país em um momento de pandemia. Ela também se responsabiliza por suas escolhas e tarefas, entendendo como parte de seu processo de adultez. Na dimensão intrapessoal, I. se observa bastante emotiva, mas demonstra satisfação quando relata ter conseguido ser assertiva em seu trabalho, se posicionando em relação a uma determinada situação sem perder a calma, na sua opinião.

Adaptabilidade de Carreira

I. demonstra controle na forma como lida com suas responsabilidades da faculdade. Ela mesma atrela o controle e dedicação aos estudos como a forma de se perceber adulta, já que só recentemente começou a trabalhar, quando foi contratada pela empresa em que fazia estágio. Com a ausência de entradas financeiras até o recente início de seu trabalho, segue morando com seus pais, o que a permite focar exclusivamente nos estudos. Sua ida e permanência em Portugal por razão de um intercâmbio, também se deram por motivo de sua organização e envolvimento com todas as providências a serem tomadas para a viagem e para que pudesse se assegurar de recursos médicos durante sua permanência em um país estrangeiro durante a pandemia. Suas responsabilidades bem como o envolvimento nas decisões a serem tomadas demonstram controle (Savickas, 2005). Sua autodisciplina também aparece quando narra a partir da questão sete da escala e adaptabilidade de carreira (Quadro 2), quando não se percebe otimista e justifica dizendo que possui o TCC para fazer.

“Só contei para os meus pais da viagem quando estava tudo certo, não queria criar expectativas” (I.).

Em relação à dimensão preocupação da adaptabilidade de carreira, esta também parece estar desenvolvida, pois I. se planeja dentro de sua realidade. Ela no momento não pretende fazer planos de médio, ou longo prazo, pois observa que precisa se dedicar ao fim

de seu TCC. Assim, embora seja uma estudante que já tenha feito até mesmo um intercâmbio durante a faculdade, e tenha sido efetivada a partir do estágio obrigatório recentemente concluído, I. procura planejar cada passo de forma bastante consciente. Interessante observar que ela se vê como alguém que não tem muito plano, novamente, ela justifica, por estar bastante focada em dar conta do momento atual. Pode ser neste momento também, a partir das experiências laborais, que I. poderá se conhecer um pouco mais para posteriormente fazer suas escolhas, o que afirmam Romero et al. (2019), ou seja, que que práticas profissionais facilitam a exploração de si mesmo contribuindo para o desenvolvimento da adaptabilidade de carreira.

Esta informante se reconhece como alguém que é curiosa sobre as diferentes possibilidades em sua carreira. O que pode ser percebido nas atitudes de exploração das possibilidades que sua faculdade oferecia, com destaque bastante claro para o intercâmbio que realizou. A atitude de arriscar-se e explorar o novo são características da habilidade de curiosidade (Savickas, 2005). I. não fala diretamente sobre estar, ou se ver, como alguém confiante, porém esta habilidade parece surgir na medida em que é construída e construtora das demais habilidades (Savickas, 2005).

Assim também a confiança aparece quando em sua habilidade em lidar com situações de estresse, como no momento da pandemia, quando, apesar da grande aflição de seus pais, manteve-se calma todo o tempo encontrando uma solução própria para aquele momento.

Ela também fala sobre o trabalho atual em que diante de conflitos buscou falar de forma assertiva em busca de resolver o problema. A crença na capacidade de resolução de problemas demonstra o desenvolvimento da habilidade do confiança (Savickas, 2005; Ribeiro & Duarte, 2019).

O quadro 13 traz exemplos de narrativas a partir da escala de Adaptabilidade de Carreira do estudo de caso .I.

Quadro 13

Exemplos de narrativas a partir das questões da escala de Adaptabilidade de Carreira selecionadas por I.

Adaptabilidade de Carreira (CAAS)	
5. Planejar como alcançar meus desafios. (preocupação)	Eu tenho um ideia do que quero para o futuro, mas não me considero apta e muito boa pra planejar, tenho o TCC e o trabalho neste momento atual.
18. Ser curiosa sobre novas oportunidades. (curiosidade)	Tenho o novo trabalho como novo desafio, e estou bem disposta. Sempre me mostrei bem curiosa.
6. Estar preocupada com minha carreira. (preocupação)	Acho que as coisas podem acontecer a seu tempo, não preciso me apressar.
7. Manter-me otimista. (controle)	Não que eu seja pessimista, mas tenho o TCC pra fazer.

Fonte: elaborado pela autora, 2022.

Diferenciação do self e Adaptabilidade de Carreira

A estudante aqui descrita por meio da presente análise encontra-se em um processo em que se observa concomitante, tanto o desenvolvimento da diferenciação de seu *self* em relação a sua família de origem, como dos seus recursos de adaptabilidade de carreira, que vem demonstrando na medida em que vive as etapas referentes à sua graduação e a forma como as vivencia. Primeiramente, em seu processo de diferenciar-se em relação a sua

família, I. se posiciona em relação a seus pais, o que por vezes não é recebido de forma tranquila, já que segundo sua percepção, ser filha única parece causar um receio muito grande, em especial em seu pai, diante de suas decisões em relação à própria vida. Contudo isso não impede I. de manter suas decisões, tanto em nível de escolhas sociais, como por exemplo com quem irá sair em um fim de semana (com os pais ou com seus amigos), até em situações mais significativas que envolvem decisões profissionais. I. também diferencia pensamentos de sentimentos, na medida em que observa seus sentimentos e até avalia que gostaria que eles fossem menos intensos, porém discerne entre o que sente e o que pensa para tomar decisões. Desta forma, I. se responsabiliza por suas decisões, o que ela mesma entende como característica que diferencia um adolescente de um adulto (tomar decisões e se responsabilizar por elas). Este processo de se posicionar em relação a família de origem, discernir entre sentimentos e pensamentos e consequentemente se responsabilizar por suas ações e escolhas é característico de um *self* diferenciado (Bowen, 1978; Kerr e Bowen, 1988). É interessante observar que este processo se dá com I. morando na mesma casa com seus pais, o que corrobora as descobertas de Fiorini e Bardagi (2018), que observaram que não morar com a família de origem não necessariamente torna o jovem mais diferenciado, assim como morar com os pais não impossibilita o processo de diferenciação. Sua relação com a família de origem vem sendo destrinchada, com conversas e negociações, e não passivamente aceita, ou relativamente rejeitada, o que se assemelha a proposta de Nichols e Schwartz (1998) que afirmam que a relação precisa ser resolvida, destrinchada e não negada ou rompida no processo de diferenciação do *self*.

A relação de I. com seus estudos e atualmente com seu novo trabalho demonstra controle na forma como se responsabiliza com suas escolhas, preocupação na forma como se organiza para alcançar seus objetivos, curiosidade na maneira com que explora o ambiente e arrisca-se diante do novo e confiança diante da crença interna de que consegue resolver os problemas advindos de suas escolhas. Cada um dos recursos da adaptabilidade

de carreira pode ser percebido na forma como I. se relaciona com seus compromissos e planos para o futuro. Seus planos para o futuro não parecem ainda muito claros, porém, em sua percepção, os desafios atuais são bastante significativos e envolvem dedicação quase que exclusiva para que possa concluir de forma satisfatória o que estabelece como metas. A adaptabilidade de carreira parece assim integrar as diferentes etapas e possibilitar a transição entre elas (Savickas, 2005).

À medida que I. se responsabiliza por sua vida e reposiciona sua família de origem no lugar que ela entende ser adequado para eles neste momento (o que não acontece sem ausência de conflito na sua percepção), ela se responsabiliza por si mesma e direciona suas forças e habilidades para adaptar-se ao momento de vida atual, que envolve emergir enquanto adulta. Esse processo não se apresenta como uma tarefa fácil para ela e envolve muita dedicação de sua parte.

O movimento inverso também pode ser observado, ou seja, na medida em que assume o controle de suas escolhas e faz progressos em relação à construção da carreira que escolheu para si, avança e sedimenta seu processo de diferenciar-se de sua família de origem. Assim, observa-se novamente o ciclo da recursividade, em que um processo retroalimenta o outro, sem que esta relação seja causal, mas sim, cíclica (MacMahon, 2015). Seu contexto familiar de incentivo, diálogo e possíveis negociações em torno dos diferentes objetivos de cada membro de sua família (como as visitas a parentes, por exemplo) parecem facilitar seu processo de transição e desenvolvimento de estratégias de adaptabilidade, o que confirma os resultados de Romero et al. (2019) quando observam que jovens que podem contar com o apoio familiar tendem a desenvolver com maior facilidade estratégias de adaptabilidade de carreira.

Esta informante encontra-se, conforme sua idade cronológica, na fase da adultez emergente, o que também em sua vida pode-se perceber na forma como vem construindo seu papel enquanto mulher adulta. O adulto na fase da adultez emergente, em diferentes

países e grupos étnicos, parece ser aquele que se torna responsável por si mesmo e toma suas decisões, o que culmina no processo de tornar-se independente financeiramente (Arnett, 2000). Para favorecer o processo por meio do qual adultos emergentes alcançam a independência, destacam-se os sentimentos de segurança e a compreensão por parte de seus familiares. A conexão contribui para a individuação (Aquilino, 2000).

Novamente pode-se observar a narrativa para o caminho de integração no processo de transição para a vida adulta de I.. Considerando que somente ela pode narrar-se a si mesma e a forma como entende o mundo (White & Epston, 1990), a forma como constrói sua narrativa em relação a si mesma e em relação a seus familiares permite que ela encontre sentido diante da complexidade que há em suas interações e escolhas (MacMahon, 2015). Sua visão interna acerca de seus relacionamentos e escolhas, trazida por meio de sua narrativa contribui para seus processos de adaptabilidade de carreira e diferenciação de seu *self*.

Pode-se observar que I. percebe apoio tanto de seus familiares, como também de seus amigos, porém parece o apoio familiar, desde sua infância, em relação aos estudos (por meio de sua mãe que a acompanhou em passeios de escola, recebendo amigos, e participando de eventos escolares com a filha) o que estrutura suas percepções sobre sua autoestima e sua adaptabilidade de carreira. Nessa direção, observa-se que altos níveis de suporte social facilitam uma maior conexão entre autoestima e carreira e predizem adaptabilidade de carreira (Ataç et al., 2018; Wang & Fu, 2015), sendo que o suporte social parece anteceder a adaptabilidade de carreira (Hirschi, 2009).

A relação de I. com o estágio a permitiu a vivência de sua autoeficácia na experiência laboral. É bastante recente sua experiência de trabalho, e está vinculada ao momento de estágio na faculdade. A partir do estágio veio a efetivação como engenheira o que tem sido para ela um momento de desafios em que ela também tem podido se observar na sua própria forma de atuação. Como já observado, o trabalho tem um papel significativo

na previsão de adaptabilidade de carreira (Bocciardi et al., 2017). Estágios facilitam a exploração de si mesmo, o que contribui tanto para o processo de diferenciação do *self* como para a construção de recursos de adaptabilidade de carreira (Romero et al., 2019). Considerando a relação com vivências laborais, indivíduos que desenvolvem maior controle tem mais responsabilidade e são ativos na construção de sua carreira individual (Ambiel & Salvador, 2019). O fato de I. estar desenvolvendo recursos de adaptabilidade de carreira também contribui para aumentar a probabilidade de sucesso na transição universidade-trabalho, associado a maior empregabilidade (Santos & Oliveira, 2020).

4.2 Discussão dos resultados: diferenciação do *self* e adaptabilidade de carreira em formandos do ensino superior

O presente estudo dos casos de seis estudantes, graduandos do último ano de diferentes cursos de graduação universitários que participaram desta investigação, proporcionou conhecer os elementos que respondem a pergunta: *Como a diferenciação do self se relaciona com adaptabilidade de carreira em estudantes concluintes do ensino superior?* Conforme apresentado anteriormente, a pergunta de pesquisa direciona-se pelos seguintes objetivos específicos:

- a) caracterizar o perfil sociodemográfico dos universitários participantes da pesquisa;
- b) identificar como se apresenta a diferenciação do self em cada um dos estudantes investigados;
- c) analisar a adaptabilidade de carreira dos estudantes pesquisados, considerando suas dimensões;
- d) analisar como a diferenciação do self se relaciona com cada uma das subdimensões da adaptabilidade de carreira, sendo elas, o controle, a preocupação, a curiosidade e a confiança;

e) examinar a relação entre diferenciação do *self* e adaptabilidade de carreira, considerando as variáveis: apoio social significativo e experiências laborais.

Após a apresentação dos seis estudos de caso e das análises correspondentes a cada um de modo separado, com base na fundamentação teórica, será realizada a discussão conjunta das informações obtidas e das análises realizadas com o objetivo de verificar semelhanças e diferenças entre eles.

Por fim, nas considerações finais, verificar-se-á se é possível sustentar o pressuposto inicial desta pesquisa, ou seja, de que jovens com *self* mais diferenciado tendem a apresentar maior adaptabilidade de carreira, considerando todas as suas dimensões (controle, curiosidade, confiança e preocupação).

A partir das análises individuais definiu-se três categorias temáticas, em razão das semelhanças observadas. Assim, agruparam-se os informantes em três categorias, que serão apresentados em sequência aos dados.

Destaca-se que a discussão conjunta procura seguir uma estrutura semelhante a presente nas análises individuais, sendo que as variáveis “apoio social significativo” e “experiências laborais” são apresentadas em tópicos à parte.

Os seis estudantes que participaram da presente pesquisa possuíam em comum estarem no último ano de graduação de seus respectivos cursos e dentro da faixa etária de 18 a 24 anos, que caracteriza a idade da adultez emergente (Arnett, 2000). As demais características são peculiares de cada informante e serão apresentadas no Quadro de número 14.

O entendimento do processo de diferenciação do *self* necessita considerar o sistema complexo de trocas com a família e também com o contexto (MacMahon, 2015). Assim sendo, cada informante desta pesquisa precisa ser visto a partir de sua relação com seu contexto familiar conforme descrito nas análises individuais e sintetizado de acordo com as questões sociodemográficas descritas no Quadro 14.

Quadro 14

Características sócio-demográficas de cada participante

Estudante	Idade	Sexo	Curso	IES	Situação de Moradia	Situação de Trabalho	Situação Fraternal	Caracterização dos Pais
P.	23	Masc.	Ciências Contábeis	Privada	Com os pais	Empresa própria	Irmão mais velho	Casados Pais Trabalham
B.	23	Fem.	Psicologia	Privada	Com a mãe	Estágio Obrigatório	Filha única	Separados Pais trabalham
L.	22	Fem.	Psicologia	Privada	Com os pais	Empregos diferentes	Filha única	Casados Pais Trabalham
M.	22	Masc.	Engenharia elétrica	Pública	Com os pais	Estágio Obrigatório/Empregado	Irmão mais velho	Casados Pai trabalha fora e Mãe do lar
E.	23	Fem.	Ed. física	Pública	Mora sozinha	Empregos diferentes	Filha única	Casados Pai trabalha fora e Mãe do lar
I.	23	Fem.	Engenharia elétrica	Pública	Com os pais	Estágio Obrigatório/Empregada	Filha única	Casados Pai trabalha fora e Mãe do lar

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

De acordo com o Quadro 14 descrito anteriormente, pode-se observar que dos seis estudantes pesquisados, todos estão na faixa etária descrita como adulez emergente (Arnett, 2000), conforme anteriormente indicado. Quanto ao sexo, dois entrevistados são do sexo masculino e possuem um (a) irmão (ã) mais novo (a) e quatro são do sexo feminino. Quanto à formação dos pais, o pai de P. tem ensino fundamental completo, os pais de L. e E. possuem ensino médio completo, o pai de M. possui ensino médio incompleto, o pai de I. possui curso técnico completo e apenas o pai de B. possui formação superior completa. Todos trabalham, porém dois pais já se encontram aposentados, embora ainda atuem em trabalhos pontuais. Quanto as mães dos informantes, pode-se observar que no que tange sua formação, as mães de I. e E. possuem ensino médio completo e assim como a mãe de M. atuam como donas de casa. A mãe de M. possui

curso técnico, as mães de B. e L. possuem formação superior completa e a mãe de P. é pós-graduada. As mães de P. e B. trabalham em emprego formal, já a mãe de L. atua em negócio próprio.

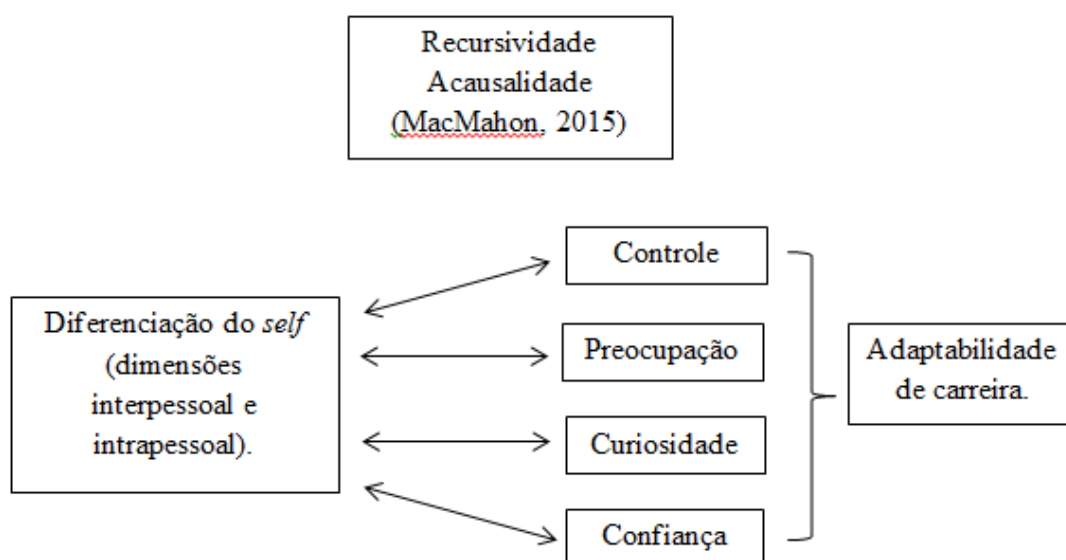
Quanto a experiências laborais, P., L. e E. trabalham desde o início da faculdade, e no caso de P. e L. nem sempre em trabalhos ligados diretamente ao curso realizado. P. atualmente trabalha em negócio próprio, L. atua junto ao trabalho de sua mãe, e E. trabalha em emprego formal dentro de sua área de formação superior. B., M. e I., por sua vez, obtiveram sua primeira experiência laboral na faculdade durante o estágio, tanto M. como I. foram contratados nos estágios correspondentes e atualmente trabalham em emprego formal ainda em tempo de sua graduação. Já B., teve sua experiência em estágio, porém não trabalha em empregos formais. E ainda no decorrer de sua formação, B. e L. estão concluindo o curso de psicologia, P. está se formando em contabilidade, E. está concluindo o curso de educação física e M. e I. estão finalizando o curso de engenharia elétrica. P., B., L., e E. frequentam universidades privadas, enquanto I. e M. estudam em universidades públicas.

4.2.2 Diferenciação do self e recursos de adaptabilidade de carreira: possíveis relações

O processo de diferenciação do self é entendido a partir de duas dimensões: interpessoal e intrapessoal. A dimensão interpessoal refere-se à condição do indivíduo possuir opiniões claras sobre si mesmo, sobre seus pensamentos e sentimentos, tendo a capacidade de escolher, mesmo quando sua decisão seja diferente à de outras pessoas que lhe são importantes (Nichols & Schwartz, 1998). Já a dimensão intrapessoal refere-se à capacidade de cada pessoa em separar sentimentos de pensamentos. A incapacidade de fazer tal separação repercute na reatividade emocional, que seria agir de forma impulsiva diante dos ditames do outro, sem clareza na forma de pensar e agir. Pessoas diferenciadas

tem condição de estar em contato íntimo com os outros, e ainda assim possuir opiniões claras sobre o que pensam, e tomar suas próprias decisões.

Na presente investigação, o construto da diferenciação do self, dentro do contexto da adulez emergente, é analisado em relação aos recursos de adaptabilidade de carreira, (Savickas, 2005) e se baseiam na premissa construcionista social de que o foco está na forma como cada indivíduo entende e interpreta a sua relação com o mundo (Hoffman, 2020). A figura 8 procura demonstrar como o processo de diferenciação do self se conecta aos recursos de adaptabilidade, por meio de fenômenos como a recursividade, e pelo princípio da acausalidade (MacMahon, 2015).



Fonte: Elaborada pela autora, 2022.

Figura 8. Recursividade como caminho para entender a relação entre a diferenciação do self e os recursos de adaptabilidade de carreira

Assim sendo, a partir das informações coletadas e analisadas de forma individual, foi possível distribuir os seis participantes em três categorias, considerando as semelhanças observadas em seus processos de diferenciação do self (Bowen, 1978) e de seu

desenvolvimento dos recursos de adaptabilidade de carreira (Savickas, 2005), a saber: Categoria 1, denominado “Caminhos de diferenciação possibilitando tomadas de decisão”, ao qual pertence os estudantes P., E., e I.; Categoria 2, designado como “Desenvolvendo autonomia nos processos de transição”, do qual fazem parte M. e L.; Categoria 3, intitulado: “Reconhecimento da responsabilidade no processo de diferenciação do *self* e de desenvolvimento de recursos de adaptabilidade de carreira”, ao qual pertence a estudante B.. Ressalta-se que a divisão em categorias temáticas foi guiada, sobretudo, pelo avanço observado nos processos de diferenciação do *self* e de desenvolvimento de recursos de adaptabilidade dos estudantes investigados. Desse modo, os estudantes da categoria 1 parecem apresentar uma evolução mais significativa dos parâmetros pesquisados em relação aos demais estudantes investigados; e os participantes da categoria 2 em relação à participante da categoria 3.

Categoria 1: caminhos de diferenciação possibilitando tomadas de decisão

Os jovens P., E. e I. parecem apresentar semelhanças na forma como tomam decisões e as sustentam, mesmo em meio a opinião contrária inicial de seus pais. A seguir procurou-se descrever cada uma de suas relações com a dimensão interpessoal e intrapessoal do processo de diferenciação do *self*, seus recursos de adaptabilidade de carreira e suas relações com o suporte social percebido, bem como suas experiências laborais e as possíveis relações percebidas entre a diferenciação do *self* e com os recursos de adaptabilidade de carreira.

Considerando o construto diferenciação de *self*, na dimensão interpessoal dos jovens pesquisados pode-se observar que P. relata optar por abrir seu próprio negócio na área em que vem estudando, o que deixa seus pais apreensivos inicialmente. Porém é por meio do controle de suas planilhas e entendendo que seu futuro depende de si mesmo que P. opta por seguir seu plano, apesar da discordância inicial de seus pais. Pode-se perceber

nesta situação, tanto o *self* que se diferencia e se posiciona em relação a família de origem, sem, no entanto, romper com esta família, mas reposicioná-la em um lugar de interdependência, não mais de dependência (Nichols & Schwartz, 1998; Andolfi, 2019). Em seu processo de diferenciar-se em relação à família e assumir suas próprias decisões, observam-se recursos de adaptabilidade de carreira uma vez que P. apresenta a dimensão controle na maneira como se organiza em termos de horários, autodisciplina, a dimensão preocupação na forma como realiza planilhas para pode realizar seus planos, curiosidade ao arriscar-se sair de um emprego formal e a dimensão confiança na crença de que é capaz de realizar seus planos (Savickas, 2005; Ribeiro & Duarte).

Posturas similares podem ser observadas nas atitudes de E. quando ela entende que é muito importante para si, mudar geograficamente e experimentar morar em uma cidade diferente da cidade natal. Considerando que este é um comportamento diferente do realizado até então em sua família, ela passa a lidar com conflitos com o pai em especial, que se sente em desacordo com sua saída. Por meio do diálogo, tanto com sua mãe, como com seu pai, E. se posiciona, e decide ir para a cidade planejada. Sua saída, porém, não implica em rompimento, mas na construção e fortalecimento de uma relação de respeito. Ela relata que sua mudança trouxe, inclusive, proximidade com seu pai e valorização do papel dele. Ao mesmo tempo, E. se organiza e planeja sua mudança, tornando-se responsável por ela, assim seu posicionamento é fortalecido na medida em que ela se organiza para agir, tomando para si as suas escolhas e a responsabilidade advinda das mesmas. Aqui pode se observar o controle na forma como se dedica de forma autodisciplinada aos desafios por ela mesma lançados, a preocupação na maneira como se engaja com seus planos, a curiosidade em arriscar-se a algo novo, e a confiança percebida na crença de que pode realizar a mudança desejada (Savickas, 2005).

A estudante I. parece seguir um modelo similar de diferenciação, pois dialoga com seus pais em virtude do desejo dos mesmos, em especial de seu pai de que ela os

acompanhe nos compromissos sociais familiares (algo que parece ser significativo para esta família). Ela relata que por vezes, não deseja e nem entende que seja importante para si determinado compromisso social familiar, assim, faz escolhas daquilo que para ela é significativo, como visitar determinados parentes. Porém outros compromissos sociais são descartados na medida em que ela mesma escolhe estar com amigos, ou mesmo estudando para uma prova. Outra situação semelhante é quando I. decide seguir com seu intercâmbio no período de pandemia, o que desperta em seus pais inclusive o sentimento de desespero diante do medo de perder a filha. Porém I. se organiza para dar continuidade ao seu intercâmbio e se mune de informações sobre saúde e apoio médico no país no qual se encontra e com base nestas informações opta por concluir seu intercâmbio. A forma como I. se organiza, se dedica para seus estudos, seus objetivos, parece impactar em seu processo de diferenciação, pois é a partir de suas pesquisas que encontra argumentos para se posicionar em relação ao outro. A atitude disciplinada por realizar suas tarefas e sua organização pessoal para ir ao encontro de suas metas (que ela estabelece a curto prazo, dentro de seu tempo ainda de faculdade), demonstram controle e preocupação. A forma como se arrisca em busca daquilo que deseja e a maneira como acredita ser capaz de realizar tais atividades trazem à tona as dimensões curiosidade e confiança (Savickas, 2005).

Quanto à dimensão intrapessoal, relativa à condição do indivíduo de separar pensamentos de sentimentos, e agir com clareza nas tomadas de decisões (Nicholz & Schwartz, 1998), pode-se observar nas narrativas dos informantes que P. se observa como alguém calmo, e que é da mesma forma observado por pessoas significativas para ele como sua namorada por exemplo. Sua calma, no entanto, não se manifesta em uma forma passiva de lidar com a vida, mas em buscar separar na visão dele, aquilo que sente daquilo que pensa. Ele aparenta sentir muita ansiedade em relação ao futuro, algo bastante característico da adulez emergente (Arnett, 2000), e relata que a voz tranquila de seus

pais o motivando aparece internalizada em seus pensamentos, o que contribui para se acalme diante dos desafios, o que contribui para que possa agir com recursos de curiosidade. Possivelmente suas atitudes de controle e preocupação contribuem para que desenvolva esta calma em meio à ansiedade em relação ao seu futuro. A confiança aparece em sua narrativa como consequência de seus outros recursos de adaptabilidade e também é reforçada pelas falas internalizadas de seus pais.

Quanto a E., ela se observa como alguém que por vezes age de forma impulsiva, mas novamente parece ser a impulsividade ligada à atitude de arriscar-se, o que é característico da adultez emergente (Arnett, 2000) e do recurso da curiosidade, necessária para desenvolver novos caminhos durante uma transição como por exemplo, sua mudança para uma cidade em que desejava muito morar. Para tanto, E. organiza suas ações, descritas por ela como impulsivas, fazendo pesquisas, planos, contatos com pessoas que possam lhe ajudar com relatos do contexto que deseja conhecer, manifestando assim seus recursos de controle e preocupação. Novamente o recurso da confiança aparece na medida em que E. tem suas experiências e crê em sua capacidade de resolver seus problemas (Duarte & Ribeiro, 2020).

Já para I. há a percepção de ser bastante emotiva, porém é algo que, segundo sua interpretação, ela vem aprendendo a lidar, tanto no sentido de aceitar a forma como sente diante de diferentes situações, como no sentido de aprender a observar o que sente e ainda assim falar com o outro com calma, diante de uma situação de conflito, o que manifesta a condição de diferenciar pensamentos de sentimentos (Nichols & Schwartz, 1998). Ela exemplifica contando que em seu primeiro emprego passou por uma situação recente em que se viu precisando dar um *feedback* em uma situação em que observou estar bastante nervosa, e por isso se ateu ao que precisava ser dito, e procurou fazê-lo com clareza. Seus recursos de controle e preocupação parecem contribuir para que se organize frente aos desafios advindos de suas relações laborais. A curiosidade é um recurso bastante marcante

em I. e parece acontecer na forma como pesquisa o que lhe interessa embasar, trazendo a condição de separar sentimento e razão. A confiança parece ser reforçada na medida em que se percebe resolvendo seus conflitos externos.

O quadro 15 traz exemplos de narrativas dos informantes P.E e I..

Quadro 15

Exemplos de narrativas dos informantes P. E. e I.

Informantes	P.	E.	I.
Dimensão Interpessoal	“Se tu te preocupares com o que fulano vai falar de ti, não vai conseguir ser tu mesmo”.	“No começo meu pai achava que ia abandoná-los (...) segui com meus planos”.	“Meus pais até queriam que eu parasse um ano pra pensar na vida, mas não quis perder o embalo”.
Dimensão Intrapessoal	“Minha namorada costuma dizer que sou calmo”.	“Às vezes da vontade de desistir, mas tu sabes que isso também vai passar”.	“Para minha família foi desesperador, mas eu estava me sentindo segura”.
Controle	“Vai por ti mesmo, não da bola pra opinião dos outros”.	“Posso pedir opinião dos meus pais, mas eu mesma tenho que dar um ponto final”.	“Eu tenho uma ideia do que quero no futuro, mas tenho o TCC pra fazer”.
Preocupação	“É perceber que meu futuro depende das	“Eu me preocupo demais com o futuro,	“Acho que as coisas podem acontecer a

	escolhas de hoje”.	e acabo esquecendo o presente”.	seu tempo, não preciso me apressar”.
Curiosidade	“ter oportunidade de experimentar algo”.	“Pelo <i>facebook</i> achei a academia”.	“Tenho o novo trabalho como desafio, sempre me mostrei bem curiosa”.
Confiança	“Mas tu podes focar no teu resultado pra tu melhorares”.	“A gente tem que ouvir o que aprendeu, às vezes aprender a ouvir o outro também”.	“Procuro ser assertiva na hora de resolver um problema”.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Quanto ao apoio social percebido por P., pode-se observar que ele narra o apoio e diálogo que encontra em seus pais. Segundo sua narrativa, há espaço para conversas, há o apoio estrutural em termos de lugar para morar e o pagamento da faculdade que o pai faz questão de fazer. No entanto há espaço para que P. se desenvolva mesmo quando sua opinião é diferente da opinião dos seus pais, como no exemplo citado por ele, em que fez uma transição do emprego formal para o tempo integral de dedicação em sua empresa. Esta relação de apoio corrobora os estudos de Fiorini e Bardagi (2018), que observaram que a comunicação e a satisfação com a relação familiar parecem ser importantes recursos para o desenvolvimento de adaptabilidade e diferenciação do *self*. O diálogo parece influenciar P. a diferenciar-se na medida em que sente espaço para posicionar-se, na certeza de continuar a pertencer, esta relação de interdependência contribui para que possa focar em sua carreira de forma responsável (Johnson et al., 2014). Quanto aos recursos de

adaptabilidade de carreira, observa-se que sua crença em si mesmo, e na sua capacidade de resolver problemas, o que corresponde a dimensão da confiança (Savickas, 2005), aumenta o que confirma os estudos de Ataç et al. (2018) em que perceberam que altos níveis de suporte social facilitam a conexão entre autoestima e adaptabilidade de carreira.

Também no caso de I. é possível observar o apoio tanto de seus familiares, como também de seus amigos, por meio de sua narrativa. Porém parece ser o apoio familiar, desde sua infância, em relação aos estudos (por meio de sua mãe que a acompanhou em passeios de escola, recebendo amigos, e participando de eventos escolares com a filha) o que estrutura suas percepções sobre sua autoestima e sua adaptabilidade de carreira o que corrobora as conclusões de Ataç et al. (2018) e Wang e Fu (2015) que altos níveis de suporte social facilitam uma maior conexão entre autoestima e carreira e predizem adaptabilidade de carreira. E de Hirschi (2015) que afirma que suporte social antecede a adaptabilidade de carreira.

O apoio social percebido pode ser observado tanto na forma como E. encontra força nas palavras dos pais que mesmo a distância a encorajavam com palavras e reasseguram que ela pode contar com eles para o que vier a precisar. Esta relação de apoio encontra-se de acordo com os estudos de Fiorini e Bardagi (2018) que observaram que a comunicação e a satisfação com a relação familiar parecem ser importantes recursos para o desenvolvimento de adaptabilidade e diferenciação do *self*, como também observado nos relatos de P. com relação ao suporte social observado ao longo da análise de E. pode-se destacar o trabalho de Ataç et al.(2018) que puderam observar que suporte social percebido (tanto de familiares como de amigos) prediz adaptabilidade de carreira e tem função moderadora na relação entre percepções de auto-estima e as dimensões da adaptabilidade de carreira. Para Wang e Fu (2015) o suporte social percebido promove autoeficácia e adaptabilidade de carreira.

Sendo assim, pode-se observar que para os jovens pesquisados, o apoio social percebido, seja na relação com os familiares, seja na relação com amigos, tem conexão com o processo de diferenciação do *self* (Bowen, 1978), facilitando ou dificultando em momentos diferentes, o desenvolvimento da responsabilidade e posicionamento do eu. Quanto aos recursos de adaptabilidade, a influência maior parece estar na relação com a autoestima, e conseqüentemente na confiança (Ataç et al., 2018). O apoio familiar parece contribuir para o desenvolvimento de controle e preocupação, na medida em que o jovem é encorajado a se responsabilizar por suas ações de disciplina e planejamento (Savickas, 2005). A curiosidade parece estar presente em todos os jovens, e o apoio social dos amigos, por meio de informações, encorajamento e momentos recreativos, aparenta contribuir para o desenvolvimento desta dimensão, que parece estar bastante presente em função do momento de vida de todos eles, que coincide com um tempo de inconstância (Arnett et al., 2018) e transição da faculdade para o mercado de trabalho.

Quanto à relação com vivências laborais, observa-se na fala de P. que desde sua infância há uma relação de proximidade com experiência de estudo junto a sua mãe e experiências de trabalho com o pai. Ainda criança P. brincava na empresa paterna, mais tarde assumiu a parte financeira da empresa. Durante a faculdade esteve sempre envolvido em experiências laborais. P. parece, por meio de sua relação com trabalho, ter a dimensão da confiança bastante desenvolvida, o que lhe ajuda a integrar as diferentes vivências e utilizá-las para construir seus planos pessoais de carreira (Savickas, 2005), o que corrobora os achados de Bocciardi et al. (2017), que perceberam que o desenvolvimento de autoeficácia no trabalho pode dar suporte à adaptabilidade de carreira. E ainda o trabalho de Romero et al. (2019) que perceberam que práticas profissionais facilitam a exploração de si mesmo, planejamento e controle, que são dimensões da adaptabilidade. E por último o trabalho de Ambiel e Salvador (2019) que verificaram que pessoas que tem experiências laborais desenvolvem maior conhecimento de si e adaptabilidade de carreira. As vivências

laborais de P. parecem contribuir com seu processo de diferenciação do *self* na medida em que ele se posiciona em relação a sua família e amigos (Bowen, 1978), fazendo suas escolhas concernentes a sua carreira, de maneira focada e equilibrada, sem abrir mão da relação com seus pais (Johnson et al., 2014) e reposicionando sua família no processo de construção de sua autonomia (Andolfi, 2019).

Para E., a relação com vivências laborais, contribuiu, já no momento de escolha profissional com possíveis diálogos com profissionais dentro da área de trabalho de seu interesse, o que permitiu a ela pesquisar e tomar decisões em relação a escolha pelo curso. Durante a faculdade E. lidou com trabalho e estudos, e foi a pesquisa por um trabalho na região em que ela desejava morar que lhe permitiu mudar de cidade, sendo este um plano pessoal de algum tempo. Esta relação com o trabalho deu a E. a crença de que poderia fazer a mudança que desejava, o que reforça os estudos de Bocciardi et al. (2017), que perceberam que o desenvolvimento de autoeficácia no trabalho pode dar suporte a adaptabilidade de carreira. E ainda o trabalho de Romero et al. (2019) que perceberam que práticas profissionais facilitam a exploração de si mesmo, planejamento e controle, que são dimensões da adaptabilidade. E por último o trabalho de Ambiel e Salvador (2019) que verificaram que pessoas que tem experiências laborais desenvolvem maior conhecimento de si e adaptabilidade de carreira.

Para I. a relação com o estágio a permitiu a vivência de sua autoeficácia na experiência laboral. É bastante recente sua experiência de trabalho, e está vinculada ao momento de estágio na faculdade. A partir do estágio, veio a efetivação como engenheira, o que tem sido para ela um momento de desafios em que ela também tem podido se observar na sua própria forma de atuação. O trabalho tem um papel significativo na previsão de adaptabilidade de carreira (Bocciardi et al., 2017). Estágios facilitam a exploração de si mesmo, o que contribui tanto para o processo de diferenciação do *self* como para a construção de recursos de adaptabilidade de carreira (Romero et al., 2019).

Indivíduos com maior controle tem mais responsabilidade e são ativos na construção de sua carreira individual (Ambiel & Salvador, 2019). O fato de I. ter recursos de adaptabilidade de carreira também contribui para que seja mais bem sucedida na transição universidade-trabalho, com maior empregabilidade (Santos & Oliveira, 2020).

Categoria 2: Desenvolvendo autonomia em seus processos de transição

Os participantes M. e L. parecem demonstrar a percepção do apoio familiar, e demonstram reconhecer suas responsabilidades diante de suas tarefas. Porém ambos manifestam sentimentos variados e uma maior dificuldade em relação a enfrentar conflitos externos, tendendo a agir de forma a evitar conflitos. Seus recursos de controle, preocupação parecem estar mais desenvolvidos que os recursos de curiosidade e confiança, dificuldade que parece ser percebida de forma mais concreta por M., porém ainda assim optou-se por apresentar os dois casos de forma conjunta em sua relação com o processo de diferenciação do *self* e seus recursos de adaptabilidade de carreira. Na dimensão intrapessoal pessoal, M. parece “sentir” menos que os outros participantes investigados (o que pode manifestar um rompimento com os sentimentos na tentativa de evita-los), enquanto L. para sentir bastante, ainda assim o receio em estar em meio a um conflito parece ser similar aos dois. Ao final deste tópico também se apresenta a relação dos construtos citados com o apoio familiar percebido e com as vivências laborais.

Para M. o posicionar-se em relação ao outro lhe causa o receio de gerar conflito, algo que para ele é desafiador, já que relata fugir de situações de conflito, ao mesmo tempo em que compartilha sobre o desejo de experimentar sua profissão em outras regiões, porém receia estar longe de seus familiares. A atitude de morar longe da família de origem não representa necessariamente um *self* diferenciado (Fiorini & Bardagi, 2018), porém o fato de M. relatar seu anseio por viver esta experiência, traz a impressão de que posicionar-se em relação as suas decisões, mesmo que isso acarrete um afastamento geográfico de sua

família ainda que temporariamente, e para fins de formação profissional, lhe causa dúvidas e a percepção de que é difícil para ele estar longe. Atitudes como escolher realizar algumas atividades, mesmo que seu pai seja contrário, parecem contribuir para seu processo de diferenciação, mas ele realiza isso sem rompimento, mas em busca de empatia na relação com o pai, descrevendo que foi difícil para o mesmo, pois não pôde participar com proximidade da criação dos filhos em virtude de seu trabalho. Sua construção de uma relação de interdependência com seus pais parece contribuir ao mesmo tempo em que é construída por atitudes de controle e preocupação em relação à faculdade. E se evidenciam na forma autodisciplinada como coordena seus compromissos, bem como se organiza para que os realize (Savickas, 2005; Ribeiro & Duarte, 2019).

No caso de L., algo similar acontece na medida em que ela relata ficar muito angustiada diante de conflitos familiares, porém ela conta que, embora saiba que será bastante desafiador para ela e seus pais, o seu próximo passo de se casar e morar em outra residência, é o que ela deseja fazer, e o que vem se empenhando para que aconteça, com atitudes bastante específicas de controle, organização e planejamento. Salienta-se que para dar o passo de diferenciar-se ela vem assumindo atitudes de controle, na busca por resolver seus problemas, preocupação, na medida em que se organiza para realizar seus objetivos. A curiosidade parece estar relacionada aos questionamentos que faz em relação a possibilidades futuras e a confiança parece estar em construção na medida em que encontra meios de resolver seus problemas (Ribeiro & Duarte, 2019).

Quanto à dimensão intrapessoal, M. se questiona em relação ao seu futuro.

A forma como se cobra em relação à falta de clareza para com seu futuro parece não se justificar, considerando suas notas altas, participação em congressos, e produção de artigos durante a faculdade, não correspondendo à realidade do participante. Novamente a ansiedade pode ser entendida como parte do momento relativo a adulez emergente (Arnett, 2000). Sua forma de se relacionar com pensamentos e sentimentos parece ser uma

busca pela razão, ele mesmo afirma não se perceber como alguém emotivo, pelo contrário, por vezes se observa como alguém mais analítico diante de situações que costumam emocionar seus amigos, como uma viagem a um lugar bonito.

Possivelmente evitar emoções possa estar relacionado com a dificuldade em vivencia-las, o que seria a polarização do processo de separar razão e sentimento (Kerr & Bowen, 1988). Quanto aos recursos de adaptabilidade, possivelmente suas atitudes de controle e preocupação em relação as suas tarefas contribuem para que de forma recursiva possa separar sentimentos e pensamentos e agir com clareza diante de seus objetivos (Kerr & Bowen, 1988). A curiosidade parece ser um recurso que M. deseja muito desenvolver, reconhecendo a dificuldade que possui em se lançar a desafios, segundo sua própria percepção.

A confiança advinda das experiências vividas pode contribuir para que M. se lance aos desafios desejados.

Para L. por vezes as emoções como o medo diante de dirigir, e a fala de que se sente muito abalada em discussões com pessoas significativas pode ressaltar uma dificuldade em se diferenciar quanto a sentimentos e pensamentos, o que pode influenciar na forma como se posiciona em relação ao outro, temendo vivenciar um conflito por exemplo.

Atitudes como controle, e preocupação na forma como administra seus compromissos, tanto de ordem financeira, como situações em que precisa se locomover, encontrando meios para realizar o que precisa, e se organizando para isso (Savickas, 2005), parecem contribuir para seu processo de diferenciação e possivelmente para lhe trazer mais objetividade.

Já nas dimensões curiosidade e confiança, assim como para M. parece que L. teme arriscar-se, e diante do que é novo parece sentir sua confiança alterada.

O quadro 16 traz exemplos de narrativas dos informantes M. e L..

Quadro 16

Exemplos de narrativas dos informantes M. e L.

Informantes	M.	L.
Dimensão Interpessoal	“Sempre evito qualquer tipo de má impressão”.	“Discussões com meus pais e até com meu noivo me abalam bastante”.
Dimensão Intrapessoal	“Eu acredito que a calma é o melhor remédio pra tudo”.	“Tenho muita dificuldade de aceitar meus erros”.
Controle	“Procuo nunca falar sobre aquilo que não tenho certeza”.	“Estou buscando ser uma boa profissional”.
Preocupação	“Eu tenho muita dificuldade para refletir sobre como vai ser meu futuro”.	“O que estou almejando vai depender do meu esforço, do meu querer”.
Curiosidade	“Procuo explorar o ambiente a minha volta”.	“Não consigo ver possibilidades diante de uma dificuldade”.
Confiança	“Procuo analisar as críticas que me dizem respeito, para evoluir como pessoa”.	“Vejo que já é uma super conquista ter conseguido finalizar uma graduação de cinco anos”.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Quanto ao apoio social percebido por M., este reconhece o apoio vindo por meio de sua mãe, bem como de seus amigos da própria faculdade que o desafiam a experimentar novos desafios, aos quais ele vem aceitando. Tal apoio, percebido principalmente na relação com os amigos, parece favorecer o desenvolvimento de sua confiança, o que contribui para o aprimoramento de recursos de adaptabilidade de carreira (Creed et al.,

2009; Wang & Fu, 2015; Ataç et al., 2018). Quanto ao desenvolvimento no processo de diferenciação, o apoio social percebido por meio da relação com os amigos, parece encorajar M. a negociar com seu pai, em situações como sair para ir a lugares, que a seu pai não parecem devidos, mas que para M. fazem sentido. Ao jovem cabe a tarefa de destrinchar a relação com a família de origem (Nichols & Schwartz, 1998) e também reposicioná-la, diferenciando-se e desenvolvendo autonomia (Andolfi, 2019). Já na relação com os recursos de adaptabilidade de carreira, parecem ser o controle e a preocupação a condição para que M. se posicione em relação a sua família, o que parece estar acontecendo, segundo sua percepção. Já a confiança e a curiosidade parecem estar relacionadas com o apoio de amigos que o estimulam a se desafiar, como em situações novas em relação aos estudos por exemplo.

Para L. o apoio de sua família, encorajando-a em seus desafios diante da faculdade, contribui para que, segundo seus relatos, ela se sinta mais tranquila e confiante. O reconhecimento de sua família de que ela se esforça também contribui para a construção de sua confiança e conseqüentemente contribui para o desenvolvimento de sua adaptabilidade de carreira (Ataç et al., 2018). Tal apoio se dá em conversas encorajadoras e também com espaço para seus estudos, inclusive no tempo da pandemia, com a facilitação do ambiente de estudo por meio de equipamentos que pudessem atender a demanda de estudo online, e ainda com apoio financeiro como moradia e apoio no pagamento de sua faculdade. Quanto à diferenciação do *self*, o apoio de seus pais parece contribuir para que L. foque naquilo que neste momento é importante e significativo para ela, como a finalização de sua faculdade, sua formatura e os preparativos para seu casamento, o sentir-se pertencente numa relação de interdependência, parece contribuir para que foque com responsabilidade para suas escolhas (Johnson et al., 2014).

Pode-se observar que para M., as experiências laborais que vieram no momento da pandemia contribuíram para o conhecimento de si (Romero et al. 2019) o que contribui

para a construção de sua confiança (Savickas, 2005). Bem como o desenvolvimento da preocupação, sendo esta uma dimensão que contribui para o desenvolvimento da empregabilidade (Ladeira et al., 2019), que pode ser observada no fato de M. ter sido contratado na empresa em que atuou como estagiário. O controle pode ser observado na maneira disciplinada (Savickas, 2005; Ambiel & Salvador, 2019), como vem conduzindo sua experiência de trabalho, conciliando com suas tarefas da faculdade. M. demonstra estar envolvido e desejando arriscar-se em novas possibilidades de trabalho, sendo que suas vivências laborais dentro da universidade parecem contribuir para este desejo. Indivíduos com conhecimento do mundo do trabalho possuem disposição para se envolver em novas atividades e buscar aprendizados, o que são características da curiosidade (Ambiel & Salvador, 2019). O compromisso com o trabalho parece contribuir com o desenvolvimento de responsabilidade de M. o que se relaciona com o desenvolvimento de autonomia e diferenciação do *self* (Bowen, 1978).

Quanto às experiências laborais de L., pode-se observar que contribuíram para a forma como se descreve. Ela relata que os *feedbacks* da empresa em que trabalhou trouxeram a ela a percepção sobre sua dedicação, o que certamente contribui para a construção de sua confiança, pois a confiança trata-se da dimensão em que o indivíduo se vê capacitado a resolver problemas (Ribeiro & Duarte, 2019). Os próprios *feedbacks* indicam a condição de controlar suas tarefas e dedicar-se a elas, sendo o controle a condição de ser responsável, autodisciplinada e envolvida nas decisões a serem tomadas (Savickas, 2005). Ainda a mudança de emprego parece indicar dimensão da curiosidade e seus questionamentos acerca do futuro descrevem a dimensão da preocupação (Ribeiro & Duarte, 2019). A forma como descreve a responsabilidade por suas escolhas também demonstra um *self* que vem se diferenciando. Diante de dificuldades, como o próprio medo de dirigir, por exemplo, ela encontra soluções para não depender de que outro possa fazer

por ela o trabalho. Nessa direção: a responsabilização por si mesma indica o processo de diferenciação do *self* (Bowen, 1978).

Categoria 3: Reconhecimento da responsabilidade no processo de diferenciação do self como caminho para o desenvolvimento de recursos de adaptabilidade de carreira

Optou-se por não agrupar o caso de B. com outros participantes, considerando que em nível de diferenciação de *self*, ela mesma parece estar em um momento em que ainda é difícil para si mesma o reconhecimento de sua responsabilidade frente as suas escolhas. Optou-se por usar a mesma sequência para descrever o processo de diferenciação do *self* nas dimensões interpessoal e intrapessoal e sua relação com os recursos de adaptabilidade, finalizando com o apoio social percebido e as vivências laborais de B. Ao descrever a análise de B. desejou-se observar seu processo tendo como parâmetro as narrativas dos informantes descritos e discutidos acima dos quais B. se mostra diferente.

Para B. posicionar-se em relação a suas próprias decisões parece ser algo bastante difícil para ela no momento atual. Ela parece estar envolvida, até mesmo fusionada com seus padrões familiares. Diante de planos que possui para si, costuma responsabilizar a avó, a mãe e o pai, pelo fato de não levar adiante suas escolhas. Segundo sua narrativa, as posturas familiares a impedem de tomar atitudes que fazem sentido para ela, como trabalhar fora, por exemplo. B. demonstra fusão relacional e uma dificuldade em assumir as responsabilidades por suas escolhas, característica um processo de fusão na diferenciação do *self* (Bowen, 1978, Kerr & Bowen, 1988). Quanto aos recursos de adaptabilidade, pode-se observar que, embora B. relate seu desejo por seguir com sua vida, suas atitudes de controle em relação às tarefas da faculdade nem sempre envolvem autodisciplina. Poucas vezes ela se vê engajada com os compromissos da faculdade, o que acarretaria numa dificuldade em assumir a preocupação necessária para ir ao encontro de sua busca por autonomia. Ela parece possuir curiosidade no que diz respeito a si mesma,

bem como o desejo de arriscar-se diante de uma nova formação, a confiança porém, parece estar afetada pelo fato de que B. acredita sempre precisar de ajuda para concluir suas tarefas (Savickas, 2005; Ribeiro & Duarte, 2019).

Para B. parece ser claro a dificuldade que possui em separar sentimentos de pensamentos. Ela observa que diante de situações em que se sente pressionada, se observa consumindo alimentos de forma abusiva, por exemplo, ou então respondendo a desafios com bloqueios intelectuais. Tal dificuldade em diferenciar-se na dimensão intrapsíquica pode contribuir para que tenha dificuldade em crer na sua capacidade em resolver seus problemas, assim como de forma recursiva (MacMahon, 2015) a crença em sua falta de capacidade em resolver problemas contribui para sua não diferenciação. O desenvolvimento de recursos de controle e preocupação pode contribuir para que se responsabilize por si mesma e desenvolva a capacidade de confiar em sua condição de resolver seus problemas, já que a confiança é construída e construtora das outras dimensões (controle, preocupação e curiosidade) conforme afirma Savickas (2005).

Na narrativa de B., a falta de apoio percebida por ela, na forma como descreve o desencorajamento e chantagens, vindas da mãe e da avó, quando fala de sua ida para outro estado, ou na possibilidade de realizar algum trabalho informal, conforme sua intenção, parece dificultar sua trajetória na carreira. Já o apoio dos amigos e apoio financeiro do pai parece encorajá-la a continuar motivada com seu plano futuro, com confiança em si mesma, com o apoio e validação de uma tia que mora na mesma casa, embora o suporte social precise ser entendido com um todo ao invés de focar-se em um ou outro fator de forma separada (Wang & Fu, 2015), as diferentes formas como o apoio dado a B. acontecem, parecem ajudar e/ou dificultar seu processo de diferenciação.

O autoconhecimento pode favorecer o desenvolvimento de recursos de adaptabilidade de carreira (Savickas, 2005), sendo este um caminho que pode contribuir para que, entendendo os diferentes padrões de relacionamento, B. possa ir ao encontro das

relações que auxiliem o posicionamento de seu eu. Observa-se que a tarefa de posicionar a família de origem, em um lugar coerente com a vivência do indivíduo, é do próprio indivíduo (Andolfi, 2019). Parece ser na narrativa, a possibilidade para desconstrução e reconstrução das histórias de B. (Savickas, 2015), ao que ela mesma observa ao narrar a partir das escolhas nas escalas propostas e que pode dar sentido nas suas diferentes interações (MacMahon, 2015).

O quadro 17 traz exemplos de narrativas dos informantes B..

Quadro 17

Exemplos de narrativas dos informantes B.

Informantes	B.
Dimensão Interpessoal	“Sou bem dependente do que os outros pensam de mim”.
Dimensão Intrapessoal	“Fico muito magoada com facilidade”.
Controle	“Eu fico muito ansiosa, principalmente fazendo sozinha”.
Preocupação	“Eu tenho dificuldade com planejamento”.
Curiosidade	“Eu tenho dificuldade de explorar o ambiente”.
Confiança	“Uma hora a gente chega, mas tem que estar tentando”.

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

Considerando a multiplicidade de influências entre os diferentes sistemas, família, escola, faculdade, bem como o próprio sistema interno de emoções e pensamentos, parece

ser em uma lógica voltada para entender os padrões de funcionamento pessoais e familiares, um caminho importante para que B. se diferencie.

A falta de apoio emocional percebida por B. na relação com a avó e a mãe, bem como a percepção de B. de que tem muita dificuldade em dar conta dos compromissos da faculdade, parecem corroborar as conclusões de Fosco e Sartori (2017), quando afirmam que relações conflituosas com familiares próximos, trazem diminuição do senso de superação e eficácia a jovens universitários. Esta falta de apoio percebida por B. parece afetar também a forma como se responsabiliza diante das próprias escolhas, por vezes tendo dificuldade em assumir seus compromissos e escolhas futuras, o que interfere na dificuldade em se diferenciar de sua família de origem (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988).

Quanto às vivências laborais de B., o estágio com idosos parece trazer a percepção de sua condição de dar conta de um trabalho, bem como de se observar tendo satisfação com a realização deste trabalho. Esta experiência inclusive lhe ajudou a considerar a possibilidade de realizar o TCC nesta área, e eventualmente trabalhar nesta área. Nesta direção, os estudos que apontam que o se o indivíduo se percebe responsável para exercer a função atual ele terá maiores níveis de satisfação atual (Ambiel & Salvador, 2019). Ambiel, Santos e Dalbosco (2016) também observaram que o comportamento exploratório do aluno é importante para seu processo de adaptabilidade. Dessa forma, possivelmente a relação entre as experiências laborais contribuem para aumento do senso de responsabilidade de B.. Ela relata, ainda, um desejo de trabalhar em lugares que não necessariamente estejam relacionados com sua formação universitária, parece que ela mesma observa que o trabalho pode contribuir para o desenvolvimento de sua autonomia, o que vai ao encontro do que indicam Romero et al.(2019), ou seja, que as vivências profissionais contribuem para a exploração de si mesmo. Tal conhecimento sobre si poderá

acarretar no desenvolvimento do próprio eu, que assim terá maiores condições de se posicionar (Bowen, 1978).

O quadro apresenta as semelhanças e diferenças entre as categorias 1, 2 e 3.

Quadro 18

Categorias 1, 2 e 3 comparativo entre suas semelhanças e diferenças.

Diferenciação do self	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3
Dimensão interpessoal	Responsabilização pelas escolhas e tarefas. Posicionamento seguro em relação às próprias decisões.	Responsabilização pelas escolhas e tarefas. Dificuldade em afastar-se de familiares, mesmo reconhecendo desejos pessoais.	Frequente atribuição de tarefas pessoais a outras pessoas.
Dimensão intrapessoal	Reconhecimento de emoções, busca por objetividade.	Reconhecimento das emoções, comportamentos para evitar conflitos.	Reconhecimento das emoções. Dificuldade de agir com objetividade
Adaptabilidade de carreira	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3
Controle	Comportamentos para sustentação das escolhas realizadas.	Comportamentos para sustentação das escolhas realizadas.	Dificuldade em comprometer-se com suas escolhas.
Preocupação	Comportamento de planejamento em direção aos objetivos de carreira.	Comportamento de planejamento em direção aos objetivos de carreira.	Dificuldade em acessar recursos para realizar os planejamentos idealizados.
Curiosidade	Acentuado comportamento de imaginar e explorar possibilidades futuras.	Moderado comportamento de imaginar e explorar possibilidades futuras.	Existência de comportamentos de exploração de possibilidades
Confiança	Acentuada crença pessoal na capacidade de resolver problemas	Moderada crença pessoal na capacidade de resolver problemas	Baixa crença pessoal na capacidade de resolver problemas

Fonte: Elaborado pela autora, 2022.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como objetivo geral compreender como a diferenciação do *self* se relaciona com adaptabilidade de carreira em estudantes concluintes do ensino superior, considerando este um período de transição entre universidade e mercado de trabalho (Ladeira et al., 2019). É importante situar que tal transição dos jovens aqui pesquisados se dá em um contexto em que o mundo sociolaboral é marcado pela flexibilidade, heterogeneidade, complexidade e fragmentação (Ribeiro, 2011). Sendo esta realidade da contemporaneidade vivida de forma ainda mais intensa quando se pensa em transições de carreira no país em que a presente pesquisa se realizou, em virtude das próprias transições contextuais de uma nação em desenvolvimento (Maree, 2015).

Neste contexto, a habilidade de adaptar-se ao mercado de trabalho, sendo este, para alguns o momento de primeira inserção no mundo sociolaboral, enquanto que para outros, a conclusão do curso universitário, é um período de transição de carreira, por já trabalharem no período de formação. De qualquer forma, é um período em que os recursos de adaptabilidade mostram-se bem como a capacidade de assumir responsabilidades com maior autonomia, sendo que o apoio familiar mostrou-se um fator bastante importante para este processo.

Assim sendo, com base na abordagem sistêmica (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988; MacMahon, 2015; Andolfi, 2019) e no modelo *Life Design* de carreira (Duarte, et al., 2010; Savickas, 2005, 2012, 2015), este estudo procurou compreender, através de estudos de caso múltiplos, a relação dos recursos de adaptabilidade de carreira de jovens universitários com seus processos de diferenciação do *self*. O método utilizado foi a entrevista narrativa (Jovchelovitch & Bauer, 2002) e o uso de escalas com a intenção de contribuir com o acesso ao repertório de cada informante (MacMahon, 2014; Ambiel, 2019).

O pressuposto inicial deste estudo era de que jovens com *self* mais diferenciado apresentam maior adaptabilidade de carreira, considerando todas as suas dimensões (controle, curiosidade, confiança e preocupação). Pôde-se observar, nos diferentes jovens entrevistados, que o processo de diferenciação do *self* contemplava a responsabilização pelos próprios atos na relação com o outro (Nichols & Schwartz, 1998), bem como a consciência da necessidade de separar sentimentos e pensamentos (Bowen, 1978; Kerr & Bowen, 1988), processo este atrelado aos recursos de controle, preocupação, curiosidade e confiança (Savickas, 2005). Os informantes demonstraram, por meio de suas narrativas, que se encontram em diferentes momentos de seus processos de diferenciação de seu *self*. Foi na narrativa de cada estudante que se pôde observar a posição em que a família de origem ocupava, nessa direção, o jovem é responsável por colocar a família no lugar que ela deve ocupar (Andolfi, 2019).

O objetivo específico de caracterizar o perfil sociodemográfico dos universitários ficou descrito nas análises individuais e na discussão dos resultados. Que em linhas gerais, apresentaram-se na idade média de 22 anos, sendo quatro do sexo feminino e dois do sexo masculino. Quatro estudantes de universidades privadas e dois estudantes de universidades públicas, entre outras características apresentadas em detalhe na discussão dos casos. Quanto ao objetivo de identificar como se apresenta a diferenciação do *self* em cada um dos estudantes investigados, e sua relação com o apoio social percebido, observou-se que o processo de diferenciar-se acontece com frequência em meio a conflitos entre os pais e os jovens, em virtude de formas diferentes de pensar, porém os jovens mais diferenciados (categorias 1 e 2) conseguem dialogar e posicionarem-se diante de suas escolhas. O processo de diferenciação, dessa forma apresenta-se como um processo de destrinchamento do jovem em relação a sua família de origem (Nichols & Schwartz, 1998). Este posicionamento pessoal parece acontecer junto à condição de assumir a responsabilidade por si mesmo/mesma. Observou-se que diante da variável apoio social

significativo, o jovem que possui espaço para trocas, para diálogo com sua família, sente-se mais responsável por si mesmo e por suas escolhas, como foi constatado com as categorias 1 e 2. É possível observar que o jovem assume tal responsabilidade por suas decisões em meio a uma relação de interdependência com sua família de origem, de um lado sem fusão com o outro, abdicando de sua identidade, e do outro sem romper com aqueles que são para ele significativos, mas co-evoluindo num novo modelo de relação (Johnson et al., 2014).

Ao analisar a adaptabilidade de carreira dos estudantes pesquisados, considerando suas dimensões, bem como sua relação com as experiências laborais, e com a diferenciação do *self*, observou-se que todos os participantes apresentaram curiosidade enquanto um recurso de adaptabilidade, não obstante em diferentes níveis de intensidade. É possível que esta curiosidade seja aumentada devido ao processo de transição da faculdade para o mercado de trabalho em que se encontram (Ladeira et al., 2019). Quanto às dimensões controle e preocupação, observou-se que os jovens mais diferenciados (categorias 1 e 2) parecem estar mais preocupados com sua carreira e envolvidos com ela, tomando para si a responsabilidade de suas tarefas, quando comparados a estudante do Categoria 3. Já na dimensão da confiança observou-se que jovens com experiências laborais (tanto na forma de estágios como por meio de um trabalho formal), tem sua confiança mais desenvolvida, em virtude das experiências vividas e na crença de autoeficácia (Savickas, 2005).

Observou-se que os jovens em processo de diferenciação do *self*, que apresentaram maior senso de responsabilidade por eles mesmos, também demonstraram maior desenvolvimento nos recursos de controle, preocupação, curiosidade e confiança, e o inverso também pareceu ser verdadeiro. Comportamentos de controle, preocupação, curiosidade e confiança parecem contribuir para o aumento da posição do eu nas decisões tomadas e responsabilização diante das tarefas pessoais. Já a jovem da categoria 3, em comparação com as outras categorias, apresentou dificuldades na sua relação com o

posicionamento do eu, bem como de sua responsabilidade diante de suas tarefas. Da mesma forma demonstrou dificuldade no acesso aos recursos de controle, preocupação, curiosidade e confiança. Esta relação entre os dois constructos parece demonstrar tanto a forma recursiva em que as trocas acontecem de forma complexa, e não necessariamente na mesma força e intensidade, bem como a impossibilidade de se determinar qual constructo iniciaria o outro, observando-se assim o princípio da acausalidade (MacMahon, 2015). Sendo os processos de recursividade e de acausalidade importantes para relacionar os construtos da diferenciação do *self* e da adaptabilidade de carreira.

Quanto às limitações observadas neste estudo, a dificuldade de acesso aos estudantes em função do período de pandemia que coincidiu com o tempo de entrevistas, levou a necessidade de readaptar os critérios de escolha e adequar o método de coleta de dados para ter acesso aos estudantes entrevistados. Outra limitação foi em relação ao número de entrevistas realizadas. Embora este número esteja adequado para pesquisa qualitativa (Creswell, 2014) e permita que se analisem os casos com profundidade, não é possível fazer generalizações a respeito do tema.

Sugerem-se para pesquisas futuras estratégias metodológicas que envolvam entrevistas com estudantes e também com seus familiares para que se possa avançar na compreensão das relações de diferenciação do *self* com a adaptabilidade de carreira. Além disso, evidenciar aspectos institucionais (instituições de ensino superior, curso frequentado) e outros marcadores, tais como, classe social, gênero e raça, nos processos de análise da relação entre diferenciação do *self* e adaptabilidade de carreira também pode contribuir para a compreensão do tema em sua complexidade. Quanto à relevância deste estudo, ele pode contribuir para o desenvolvimento de intervenções de carreira com estudantes universitários, salientando seus contextos familiares e sociais. Bem como intervenções voltadas para o trabalho de desenvolvimento de autonomia no contexto familiar. Do ponto de vista científico, o presente estudo contribui para o avanço dos

conhecimentos teóricos sobre a relação entre adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self*.

6. REFERÊNCIAS

- Ambiel, R. A. M. (2014). Adaptabilidade de carreira: uma abordagem histórica de conceitos, modelos e teorias. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 15(1), 15-24.
- Ambiel, R. A. M., Santos, & Dalbosco, S. N. P. (2016). Motivos para evasão, vivências acadêmicas e adaptabilidade de carreira em universitários. *Psico*, 47(4), 288. <http://doi.org/10.15448/1980-8623.2016.4.23872>.
- Ambiel, R. A. M., & Martins, G. H. (2016). Interesses Profissionais Expressos e Inventariados de Estudantes de Psicologia: Implicações para a Formação. *Psicologia: Ensino & Formação*, 7(1), 5-17. doi: 10.21826/2179-5800201671517
- Ambiel, R. A. M., Martins G. H. Tofoli, L. Campos, L. de P. (2019). Variáveis Acadêmicas e Extracurriculares Predizem Adaptabilidade de Carreira. *Revista Eletrônica de la Unión Latinoamericana de Entidades de Psicología*, n.31, p.1-11, Julho.
- Ambiel, R. A. M., Salvador, A. P.(2019). Adaptabilidade de Carreira e Autoeficácia Ocupacional: Relações com Variáveis de Carreira. *Avaliação Psicológica*, 18(3) 256-263. doi.org/10.15689/ap.2019.1803.16853.05
- Andolfi, M. Angelo, C., Menghi, P. Nicolo-Corigliano, A. M. (1984) *Por trás da máscara familiar*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Andolfi, M. (2019). *A Terapia Familiar Multigeracional: Instrumentos e Recursos do Terapeuta*. Belo Horizonte: Ed. Artesã.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. In J. J. Arnett & J. L.Tanner (Orgs.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3-19). Washington, DC: American Psychological Association.
- Arnett, J. J. (2004). *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties*. New York, NY: Oxford University Press.

- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3-19). Washington, DC: American Psychological Association.
- Arnett, J.J., Dutra-Thomé, L., Koller, S. H., (2018) Adultez Emergente: A proposta de uma nova perspectiva desenvolvimental sobre a transição para a vida adulta no Brasil. Dutra-Thomé, L., Pereira, A. S., Nuñez, S., Koller, S. H. (Eds) Adultez Emergente no Brasil: Uma nova perspectiva sobre a transição para a Vida Adulta. São Paulo, Vetor..
- Ackerman, N.W. (1954). Interpersonal disturbances in the family: Some unresolved problems in psychotherapy. *Psychiatry*, 17:359-368.
- Aquilino, W. S. (2006). Family Relationships and Support Systems in Emerging Adulthood. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 3-19). Washington, DC: American Psychological Association.
- Ataç, L.O. Dirik, D. & Tetik, H. T. (2018). Predicting career adaptability through *self-esteem* and social support: A research on Young adults. *International Journal Education Vocational Guidance*. 18:45-6. doi: 10.1007/s10775-017-9346-1
- Audibert, A. Teixeira, M. A. P. (2015) Escala de Adaptabilidade de Carreira: Evidências de Validade em Universitários Brasileiros. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*. jan.jun. Vol. 16, Nº 1, 83-93.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bardagi, M. P, & Hutz, C. S. (2008). Apoio parental percebido no contexto da escolha inicial e da evasão de curso universitário. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 9 (2), 31-44.
- Barros, A. F. de. (2010). Desafios da psicologia vocacional: Modelos e intervenções na era da incerteza. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 11(2), 165-175.
- Barros, L. de O., Moreira, T. da C., Martins, G. H., & Ambiel, R. A. M. (2018). Avaliação da adaptabilidade de carreira em estudantes de pós-graduação Stricto Sensu. *Revista*

- Brasileira de Orientação Profissional*, 19(2), 177-184. <https://dx.doi.org/1026707/1984-7270/2019v19n2p177>.
- Bateson, G. (1978). The birth of a matrix or double-bind and epistemology. (Ed.) Berger, M.M. *Beyond the double-bind*. New York: Brunner/Mazel.
- Bauer, M. W. Gaskell, G. Allum, N. C. (2019). Qualidade, quantidade, e interesses do conhecimento,- evitando confusões. In: Bauer, M. W. Gaskell, G. *Pesquisa Qualitativa com Texto, Imagem e Som: Um manual prático*. RJ: Vozes, 4ª Reimpressão.
- Bendassolli, P. F., (2009) *Psicologia e trabalho – apropriações e significados*. São Paulo: Cengage Learning.
- Bertalanffy, L. V., (1950) *Teoria Geral dos Sistemas*. Petrópolis: Vozes.
- Bocciardi, F., Caputo, A., Fregonese, C., Langher, V., & Sartori, R. (2017). Career adaptability as a strategic competence for career development: An exploratory study of its key predictors. *European Journal of Training and Development*, 41, 67–82. doi:10.1108/EJTD-07-2016-0049.
- Boscolo, L., Bertrando, P. (2021). *Terapia sistêmica individual: manual prático na clínica*. 6ª reimpressão. Belo Horizonte: Artesã.
- Bowen, M. (1978). *On the Differentiation of Self*. Aronson, J. (1985) *Family Therapy in Clinical Practice*. USA. Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- Bueno, R. K., Souza, S. A. de, Monteiro, M. A., Teixeira, R. H. M. (2013) Processo de Diferenciação dos Casais de suas Famílias de Origem. *Psico*. 44,16-25. Porto Alegre.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1995). *As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar* (M. A. V. Veronese, Trad.). 2 ed. Porto Alegre: Artes Médicas. (Original publicado em 1989).
- Cepukiene, V. (2020). Adults' Psychosocial Functioning Through the Lens of Bowen Theory: The Role of Interparental Relationship Quality, Attachment to Parents, Differentiation of

- Self, and Satisfaction with Couple Relationship. *Journal of Adult Development*. Doi: 10.1007/s10804-020-09351-3.
- Creed, P. A., Fallon, T., & Hood, M. (2009). The relationship between career adaptability, person and situation variables, and career concerns in young adults. *Journal of Vocational Behavior*, 74,219–229. doi:10.1016/j.jvb.2008.12.004.
- Creswell, J. W. (2014). *Investigação qualitativa e projeto de pesquisa: escolhendo entre cinco abordagens*. 3.ed.- Porto Alegre:Penso.
- Duarte, M. E. Cardoso, P. (2015) *The Life Design Paradigm - from Practice to Theory*. Nota, L. Rossier, J.(Eds.) *Handbook of life design: from practice to theory and from theory to practice*. USA. Hogrefe Publishing.
- Duarte, M. E. Lassance, M.C. Savickas, M. L. Nota, L. Rossier J. Dauwalder, J.-P. Guichard J. Soresi, S. Esbroeck, R.V. Vianen, A.E.M. van. (2010) *A Construção da Vida: Um Novo Paradigma para Entender a Carreira no Século XXI*. *Revista Interamericana de Psicologia/Interamerican Journal of Psychology*. Vo. 44, Num.2 pp.203-217.
- Duffy, R. D. (2010). Sense of control and career adaptability among undergraduate students. *Journal of Career Assessment*, 18, 1–11. doi:10.1177/1069072710374587.
- Dutra-Thomé, L., Pereira, A. S., Nuñez, S., Koller, S. H. (2018). *Adulter Emergente no Brasil: Uma nova perspectiva desenvolvimental sobre a transição para a Vida Adulta*. São Paulo: Vetor.
- Fiorini, M. Bardagi, M.P. (2018) *Funcionamento Familiar, Diferenciação do Self e Adaptabilidade de Carreira de Universitários Brasileiros*. *Psicologia desde el Caribe. Universidad del Norte*. Vol. 35 (3): 183-223.
- Fiorini, M. C., Moré, C. L. O. O., & Bardagi, M. (2017). *Família e desenvolvimento de carreira de jovens adultos no contexto brasileiro: revisão integrativa*. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 18(1), 43-55. <https://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2017v18n1p43>.

- Flick, U. (2009). Utilização de documentos como dados. In: Flick, U. *Introdução à pesquisa qualitativa*. 3ª ed. Porto Alegre: Artmed.
- Feigel, G. L. R.(2018). *Trajetórias e Projetos de Vida de Trabalho: A Construção de Carreira de Estudantes Cotistas de Medicina da UFSC*. Dissertação de mestrado não-publicada, Programa de Pós Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
- Fosco, G. M., & Grych, J. H. (2010). Adolescent triangulation into parental conflicts: Longitudinal implications for appraisals and adolescent-parent relations. *Journal of Marriage and Family*, 72(2), 254–266. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00697>.
- Frison, L. M. B., Simão, A. M. V., Ferreira, P. D. C., & Paulino, P. (2021). Percursos de estudantes da Educação Superior com trajetórias de insucesso. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*. <https://doi.org/10.1590/S0104-403620210002902747>
- Gergen, K. (2019) *The Social Construction of Reality: Traces and Transformation*. In: Pfadenhauer, M. Knoblauch, H. *Social Constructivism as Paradigm? The legacy of the Social Construction of Reality*. New York: Routledge.
- Gerhardt, T. E. Ramos, C. A. Riquinho, D. L. Santos, D. L. dos. (2009). Estrutura do Projeto de Pesquisa. Gerhardt, T.E.Silveira, T. S.(Eds) *Métodos de Pesquisa*. Porto Alegre: Editora da UFRGS.
- Gil, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- Ginzberg, E. (1951). *Occupational Choice*. USA: Columbia University Press.
- Harter, S. (1982). The perceived competence scale for children. *Child Development*, 53, 87–97. <http://dx.doi.org/10.2307/1129640>.
- Herr, E. L. (2008). Abordagens às intervenções de carreira: perspectiva histórica. In M. C. Taveira & J. T. Silva (Eds.), *Psicologia Vocacional: perspectivas para a intervenção* (pp. 13-27). Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.

- Hirschi, A. Hermann, A. Keller, A. C. (2015) Career adaptivity, adaptability, and adapting: A conceptual and empirical investigation. *Journal of Vocational Behavior*, 87, 1-10. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2014.11.008>.
- Hoffman, L. (2020). Uma postura reflexiva para a terapia de família. McNamee, S., Gergen, K.J. (eds.) A terapia como construção social. 2ª ed. São Paulo: Noos.
- McNamee, S., Gergen, K.J. (eds.) A terapia como construção social. 2ª ed. São Paulo: Noos.
- Holland, J. L., Daiger, D. C. & Power, P. G. (1980). *My Vocational Situation*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Huyse-Gaytandjieva, A., Groot, W., Pavlova, M., & Joling, C. (2015). Low self-esteem predicts future unemployment. *Journal of Applied Economics*, 18, 325–346. doi:10.1016/S1514-0326(15)30014-3.
- Isik, E. Özbiler, S. Schweer-Collins, M. L. & Rodríguez-González (2020). Differentiation of Self Predicts Life Satisfaction through Marital Adjustment. *The American Journal of Family Therapy*, Doi:10.1080/01926187.2020.1732248.
- Jackson, D.D.(1957). The question family homeostasis. *The Psychiatric Quarterly Supplement*, 31:79-90.
- Johnson, P., Schamuhn, T. D., Nelson, D. B., & Buboltz, W. C. (2014). Differentiation levels of college students: effects on vocational identity and career decision making. *The Career Development Quarterly*, 62, 70-80.
- Jones, LK, & Lohmann, RC (1998). O Perfil de Decisão de Carreira: Usando uma medida do status de decisão de carreira em aconselhamento. *Journal of Career Assessment*, 6 (2), 209–230. <https://doi.org/10.1177/106907279800600207>.
- Jovchelovitch, S., Bauer, M. (2015). Entrevista narrativa. Bauer, M.W., Gaskell, G., Pesquisa Qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático. 13.ed. Petrópolis: Vozes.
- Kerr, M.E. Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York. London. W.W. Norton E Company.

- Ladeira, M. R. M. Oliveira, M. C. de Melo-Silva, L. L. Taveira, M. do C. (2019) Adaptabilidade de Carreira e Empregabilidade na Transição Universidade- Trabalho: Mediação das Respostas Adaptativas. *Psico- USF, Bragança Paulista*, v.24, n.3, p. 583-595, jul/set.
- Lassance, M. C. P. Paradiso, A. C. Silva, C. B. da. (2011). Terceira Demanda-Chave para a Orientação Profissional: Como ajudar o Indivíduo a Desenvolver sua Carreira? Enfoque Desenvolvimentista e Evolutivo. Ribeiro, M. A. Melo-Silva, L. L. *Compêndio de Orientação Profissional e de Carreira Vol. 1 Perspectivas Históricas e Enfoques Técnicos Clássicos e Modernos*. Vetor, São Paulo.
- Major, S., Rodríguez González, M., Miranda, C., Rousselot, M., & Relvas, A (2014). Inventário de diferenciação do Self - Revisto (IDS-R). *Avaliação Familiar: funcionamento e intervenção*, 1, 71-96. Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Manzi, C., Vignoles, V. L., Regalia, C., & Scabini, E. (2006). Cohesion and enmeshment revisited: Differentiation, identity and well being in two European cultures. *Journal of Marriage & Family*, 68, 673–689.
- Maree, J.G., (2015). Poverty and Life Design. Nota, L., Rossier, J.(Eds.) *Handbook of Life Design*. USA: Hogrefe.
- Martins, E. M. de A., Rabinovich, E. P., Silva, C., N., (2008) Família e processo de diferenciação na perspectiva de Murray Bowen: Um estudo de caso. *Psicologia USP*, São Paulo, 19 (2), 181-197.
- McMahon, M. (2015) *Systemic Thinking: A Foundation for ‘Doing’ Narrative Career Counselling*.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: A source book of new methods* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Minayo, M.C.S. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 17, n. 3, p. 621-626, 2012.

- Minuchin, S., Nichols, M., Lee, W., (2009). *Famílias e Casais: Do Sintoma ao Sistema*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Minuchin, S., Rosman, B.L., Baker, L., (1978). *Psychosomatic families: Anorexia nervosa in context*. Cambridge: Harvard University Press.
- Motta, G. K., & Krawulski, E. (2020). Trabalhadores adultos frente a sucessivas mudanças de trabalho e implicações para identidade. In I. N. Luna & V. B. Mattos (Org.), *Intervenções de carreira ao longo da vida: perspectivas e desafios*. Curitiba: Brazil Publishing (p.207-233).
- Nichols, M. P. Schwartz, R. C. (1998). *Terapia Familiar: conceitos e métodos*. Porto Alegre: Artmed.
- Nora, M.M. (2019). *Comportamento de Evasão Recorrente de Cursos Superiores: Estudo de Casos com estudantes do Ensino Superior*. Dissertação de mestrado não publicada do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
- Nowicki, S., & Duke, M. P. (1983). The Nowicki-Strickland Lifespan Locus of Control Scales: Construct validity. In H. M. Lefcourt (Ed.), *Research with the locus of control construct* (Vol. 2, pp. 9–51). Cambridge, MA: Academic Press.
- Oliveira, M. C. de, Detomini, V. C., & Melo-Silva, L. L. (2013). Sucesso na transição universidade-trabalho: expectativas de universitários formandos. *Psicologia em Revista*, 19(3), 497–518. Recuperado de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682013000300011.
- Patton, M. (2015) *Pesquisa Qualitativa e Métodos de Avaliação*. 4ª Edição, Sage Publications, Thousand Oaks.
- Peleg, O., Biton-Idan, M. (2018). Self-efficacy: familial and cultural perspectives. *British Journal of Guidance & Counselling*. doi.org/10.1080/03069885.2018.1551517.

- Pierce, J. L., Gardner, D. G., & Crowley, C. (2016). Organization-based self-esteem and well-being: Empirical examination of a spillover effect. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 25, 181–199. doi:10.1080/1359432X.2015.1028377.
- Ponciano, E. L. T. (2018) O processo de tornar-se adulto: A presença dos pais e a autonomia dos filhos na adultez emergente. Dutra-Thomé, L., Pereira, A. S., Nuñez, S., Koller, S. H. (Org.) *Adultez Emergente no Brasil: Uma nova perspectiva desenvolvimental sobre a transição para a Vida Adulta*. São Paulo: Vetor.
- Ribeiro, M. (2011) *O novo olhar socioconstrucionista para um mundo flexibilizado*. Curitiba: Juruá.
- Ribeiro, M. A., Duarte, M. E. (2019). O paradigma Life Design: teoria, investigação e intervenção. Ribeiro, M. A., Teixeira, M.A.P., Duarte, M.E. (org.). *Life Design: um paradigma contemporâneo em orientação profissional e de carreira*. São Paulo: Vetor.
- Richardson, Roberto Jarry et al. *Pesquisa social: Métodos e técnicas*. 3º ed. São Paulo:Atlas,1999.
- Rodríguez-González, M. Lampis, J. Murdock, N. L.Schweer'Collins, M. L. & Lyons, E. R. (2020) Couple Adjustment and Differentiation of Self in the United States, Italy and Spain: A Cross-Cultural Study. *Family Process*, Vol. x, Nº x. Doi: 10.1111/fam p. 12522.
- Romero-Rodríguez, S., Figuera-Gazo, P., Freixa-Niella, M. y Llanes-Ordóñez, J. (2019). Adaptabilidad de la carrera en estudiantes universitarios: un estudio a través de entrevistas autobiográficas. *Revista de Investigación Educativa*. 37(2), 379-394.
- Rossier, J. (2015) Career Adaptability and Life Designing. Nota, L. Rossier, J. (Eds.) *Handbook of life design: from practice to theory and from theory to practice*. USA. Hogrefe Publishing.
- Santos, A. E. Oliveira, M. C. de (2020), Análise da adaptabilidade de carreira em estudantes concluintes do ensino superior. *Interação em Psicologia*. Vol.24,n 01.

- Satir, V., (1964). *Conjoint family therapy*. CA: Science and Behavior Books.
- Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. In Lent, R. W., Brown, S. D., *Career Development and counseling: Putting theory and research to work*. EUA: Library of Congress.
- Savickas, M. L. (2011). New Questions for Vocational Psychology: Premises, Paradigms, and Practices. *Journal of Career Assessment*, 19 (3), 251-258.
- Savickas, M.L. (2012). *Life Design: a Paradigm or Career Intervention in the 21st Century*. *Journal o Counseling & Development*. January, vol. 90.
- Savickas, M. L. (2013). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds.), *Career development and counselling: Putting theory and research to work* (2^a edição, pp. 147-183). Hoboken: Wiley.
- Savickas, M.L. (2015). *Life Designing With Adults: Developmental Individualization Using Biographical Bricolage*. Nota, L. Rossier, J.(Eds.) *Handbook of life design: from practice to theory and from theory to practice*. USA. Hogrefe Publishing.
- Savickas, M. L., & Porfeli, E. J. (2012). Career Adapt-Abilities Scale: construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. *Journal of Vocational Behavior*, 80, 661–673.
- Savickas, M. L., Porfeli, E. J., Hilton, T. L., & Savickas, S. (2018). The student career construction inventory. *Journal of Vocational Behavior*, 106, 138–152. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jvb.2018.01.009>.
- Savickas, M. L. (2021). *Career Adaptability*. USA: 48HrBooks.
- Schmidt, B.,Palazzi, A., Piccinini, C. A., (2020). Entrevistas online: Potencialidade e desafios para coleta de dados no context da pandemia de covid-19. *Refacs: Revista Familia, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*. Out/Dez; 8(4):960-966.
- Schutze, F. (1992). Pressure and Guilt: War Experiences of a Young German Soldier and their Biographical Implications, parts 1 and 2, *International Sociology*, 7, p. 187-208 e 347-367.

- Soares, D. H. P., (2002). A escolha profissional: do jovem ao adulto. São Paulo: Summus.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 235- 246.
- Skowron, D. A., & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI Fusion with Others Scale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 209-220.
- Skowron, E. A. (2004a). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving, and ethnic group belonging among persons of color. *Journal of Counseling and Development*, 82, 447–456.
- Skowron, E. A. (2004b). Parent differentiation of self and child competence in low-income urban families. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 337–346.
- Schwarz, J. C., Barton-Henry, M. L., & Pruzinsky, T. (1985). Assessing child-rearing behaviors: A comparison of ratings made by mother, father, child, and sibling on the CRPBI. *Child Development*, 56, 462–479. <http://dx.doi.org/10.2307/1129734>.
- Sun, X., McHale, SM, & Updegraff, KA (2020). A adaptabilidade de carreira medeia as ligações longitudinais entre as relações pais-adolescentes e a realização profissional dos jovens adultos. *Psicologia do Desenvolvimento*, 56 (12), 2309-2321. <https://doi.org/10.1037/dev0001120>.
- Super, D., (1980). A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development. *Journal of Vocational Behavior* 16, 282-298.
- Super, D. E., Knasel, E. (1981). Career Development in Adulthood: Some Theoretical Problems and a Possible Solution. *British Journal of Guidance and Counselling*, 9.
- Super, D. E. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper & Row.
- Sverko, I., Barbarovic, T. (2019). Applying career construction model o adaptation to career transition in adolescence: A two-study paper. *Journal of Vocational Behavior* 111, 59-73.

- Tiedeman, D. V., & O'Hara, R. (1963). *Career development: Choice and adjustment*. New York: College Entrance Examination Board.
- Uvaldo, M. C. C. (1995). Relação homem-trabalho: Campo de estudo e atuação da Orientação Profissional. Em: A. M. Bock & W. J. Aguiar (Org.). *A escolha profissional em questão* (pp. 215- 237). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Vautero, Jaisso, Taveira, Maria do Céu, & Silva, Ana Daniela. (2020). A Influência da Família na Tomada de Decisões de Carreira: Uma Revisão de Literatura. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 21(1), 17-28. <https://dx.doi.org/10.26707/1984-7270/2020v21n103>.
- Wang, Z., & Fu, Y. (2015). Social support, social comparison, and career adaptability: A moderated mediation model. *Social Behavior and Personality*, 43, 649–660. doi:10.2224/sbp.2015.43.4.649.
- Whitaker, C. A., Malone, T. P. (1953). *The roots of psychotherapy*. New York: Balkiston.
- White, M. e Epston, D. (1990) *Narrative Means to Therapeutic Ends*. WW Norton, Nova York.
- Wolcott, H. F. (1994). *Transforming qualitative data: Description Analysis, and interpretation*. Thousand Oaks,CA: Sage.
- Zatti, F. Luna, I. N. (2020) *Adaptabilidade de carreira: um estudo com graduandos do Alto Uruguai do Rio Grande do Sul. Desafios e oportunidades atuais do trabalho e da carreira*.(s.n.) ISBN: 978-65-00-10067-9
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30–41. doi:10.1207/s15327752jpa5201_2.
- Zhou, W., Guan, Y., Xin, L., Mak, M. C. K., & Deng, Y. (2016). Career success criteria and locus of control as indicators of adaptive readiness in the career adaptation model. *Journal of Vocational Behavior*, 94, 124-130. doi: 10.1016/j. jvb.2016.02.015.

7. ANEXOS

ANEXO A: Questões Sociodemográficas



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

Questões Sociodemográficas

(adaptadas do *Google forms* para o word no presente anexo para devida visualização)

**ADAPTABILIDADE DE CARREIRA E DIFERENCIAÇÃO DO *SELF* EM
ESTUDANTES CONCLUINTES DO ENSINO SUPERIOR**

Olá, meu nome é Ursula Regina Schmidt Affini Félix, sou estudante de mestrado em Psicologia e estou fazendo uma pesquisa que busca compreender a relação do jovem universitário em período de conclusão de sua graduação com sua família e sua relação com a universidade e planos para o futuro. O questionário que segue é muito importante para caracterizar o contexto e público participante. Solicito que caso você aceite participar voluntariamente da pesquisa, responda às seguintes questões conforme a sua realidade e de forma sincera:

A sua participação é totalmente anônima e durará cerca de 5 minutos nesta fase da pesquisa.

Obrigada pela sua disposição em nos ajudar!

Ursula.

1. Você aceita participar da entrevista?

Sim Não

2. Dados Sociodemográficos

Nome: _____

E-mail: _____

Telefone (whatsapp): _____

Idade: _____

Curso de formação: _____

Período do curso:

9º 10º Outros

Escolaridade do pai:

nível fundamental incompleto nível fundamental completo

nível médio incompleto nível médio completo

nível superior incompleto nível superior completo

pós-graduação

Escolaridade da mãe:

nível fundamental incompleto nível fundamental completo

nível médio incompleto nível médio completo

nível superior incompleto nível superior completo

pós-graduação

Você já participou de algum curso/processo/oficina de orientação profissional?

Caso tenha participado, especifique:

3. Disponibilidade

Você aceitaria participar de uma entrevista online?

Obrigada por sua participação!

ANEXO B: Inventário de Diferenciação do *Self*

Inventário de Diferenciação do *Self*:

Inventário de Diferenciação do *Self* - Revisto (*DSI R - Differentiation of Self Inventory - Revised*)

Por favor, leia atentamente cada afirmação e decida se esta é geralmente verdadeira para você, numa escala de 1 (nada) a 6 (muito).

Procure ser o mais sincero e preciso nas suas respostas.

Utilize a seguinte escala como critério:

1. Nada verdadeiro para mim

6. Muito verdadeiro para mim

* Observação importante: Se você acha que uma afirmação não se aplica a você (por exemplo, atualmente, não está casado (a) ou comprometido(a) numa relação, ou um ou ambos os pais já faleceram, por favor responda à questão de acordo com o que lhe parece que seriam os seus pensamentos e sentimentos nessa situação.

1	2	3	4	5	6
Nada verdadeiro para mim					Muito verdadeiro para mim
1. As pessoas têm reparado que sou excessivamente emotivo (a)					1 2 3 4 5 6
2. Tenho dificuldade em expressar os meus sentimentos às pessoas que me são queridas					1 2 3 4 5 6
3. Sinto-me, frequentemente, inibido (a) junto da minha família					1 2 3 4 5 6
4. Tendo a manter-me bastante calmo (a), mesmo sob estresse (sob pressão)					1 2 3 4 5 6
5. Normalmente, preciso de muito encorajamento por parte de outros quando começo um trabalho ou tarefa importante					1 2 3 4 5 6
6. Quando alguém que me é próximo me desilude, afasto-me dele/dela por um tempo					1 2 3 4 5 6
7. Independentemente do que aconteça na minha vida, sei que nunca perderei a noção daquilo que sou enquanto pessoa					1 2 3 4 5 6
8. Tendo a me distanciar quando as pessoas se aproximam demasiadamente de mim					1 2 3 4 5 6
9. Quero corresponder às expectativas que os meus pais têm de mim					1 2 3 4 5 6
10. Gostaria de não ser tão emotivo (a)					1 2 3 4 5 6
11. Normalmente, não altero o meu comportamento apenas para agradar a outra pessoa					1 2 3 4 5 6

12. O (a) meu (minha) Esposo (a) companheiro (a) não toleraria se eu lhe expressasse os meus verdadeiros sentimentos sobre algumas coisas	1	2	3	4	5	6
13. Quando o (a) meu (minha) esposo(a)/companheiro(a) me critica, isso incomoda-me durante dias.	1	2	3	4	5	6
14. Por vezes, os meus sentimentos tomam conta de mim e tenho dificuldades em pensar com clareza	1	2	3	4	5	6
15. Quando tenho uma discussão com alguém, consigo separar os meus pensamentos acerca do assunto dos meus sentimentos para com essa pessoa.	1	2	3	4	5	6
16. Sinto-me, frequentemente, desconfortável quando as pessoas se aproximam demasiadamente de mim	1	2	3	4	5	6
17. Sinto necessidade de aprovação de praticamente toda as pessoas na minha vida	1	2	3	4	5	6
18. Por vezes, sinto muitos altos e baixos emocionais	1	2	3	4	5	6
19. Acredito que não faz sentido aborrecer-me com coisas que não posso mudar	1	2	3	4	5	6
20. Fico preocupado (a) quando percebo que posso perder a minha independência nas relações íntimas	1	2	3	4	5	6
21. Sou excessivamente sensível a críticas	1	2	3	4	5	6
22. Tento corresponder às expectativas dos meus pais	1	2	3	4	5	6
23. Aceito-me bastante bem	1	2	3	4	5	6
24. Sinto, frequentemente, que o(a) meu (minha) esposo(a)/companheiro(a) exige demasiadamente de mim	1	2	3	4	5	6
25. Concordo, frequentemente com os outros, apenas para não criar conflitos	1	2	3	4	5	6
26. Se tiver tido uma discussão com o (a) meu (minha) esposo (a) companheiro (a), tendo a pensar nisso o dia todo	1	2	3	4	5	6
27. Sou capaz de dizer “não” aos outros mesmo quando me sinto pressionado por eles	1	2	3	4	5	6
28. Quando uma das minhas relações se torna muito intensa, sinto o impulso de fugir dela	1	2	3	4	5	6
29. Discussões com os meus pais ou irmão(s) ainda fazem com que eu me sinta mal	1	2	3	4	5	6
30. Se alguém está aborrecido comigo, não consigo aceitar isso facilmente	1	2	3	4	5	6

31. Estou mais preocupado (a) em fazer aquilo que acho que está correto, do que em obter a aprovação dos outros	1	2	3	4	5	6
32. Nunca consideraria voltar-me para algum dos membros da minha família na procura de apoio emocional	1	2	3	4	5	6
33. Sinto-me, frequentemente, inseguro (a) quando os outros não estão por perto para me ajudar a tomar uma decisão	1	2	3	4	5	6
34. Sou muito sensível quanto a ser magoado por outros	1	2	3	4	5	6
35. A minha autoestima depende realmente do que os outros pensam de mim	1	2	3	4	5	6
36. Quando estou com o (a) meu (minha) esposo (a) companheiro (a), sinto-me frequentemente sufocado (a)	1	2	3	4	5	6
37. Ao tomar decisões, raramente me preocupo com o que os outros irão pensar	1	2	3	4	5	6
38. Pergunto-me, frequentemente, acerca do tipo de impressão que crio	1	2	3	4	5	6
39. Quando as coisas correm mal, falar sobre elas normalmente piora-as	1	2	3	4	5	6
40. Sinto as coisas mais intensamente que os outros	1	2	3	4	5	6
41. Normalmente, faço o que acredito que é correto independentemente do que os outros dizem	1	2	3	4	5	6
42. A nossa relação poderia ser melhor se o (a) meu (minha) esposo (a) companheiro (a) me desse o espaço de que necessito	1	2	3	4	5	6
43. Tendo a me sentir bastante estável sob estresse	1	2	3	4	5	6
44. Por vezes, sinto-me mal disposto (a) depois de discutir com o (a) meu (minha) esposo (a) companheiro(a)	1	2	3	4	5	6
45. Sinto que é importante ouvir as opiniões dos meus pais antes de tomar decisões	1	2	3	4	5	6
46. Preocupa-me que as pessoas que me são próximas fiquem doentes, magoadas ou perturbadas	1	2	3	4	5	6

ANEXO C: Escala de Adaptabilidade de Carreira (CAAS- Career Adapt-Abilities Scale)

Pessoas diferentes têm jeitos diferentes de pensar e construir as suas carreiras. Alguns são bons na hora de usar algumas estratégias ou habilidades, mas ninguém é bom em tudo. Por favor, leia as afirmações a seguir e indique o quão forte você é em cada uma das habilidades listadas, considerar questões referentes à sua carreira.

* Utilize a seguinte escala como critério:

1. Nada forte 2. Pouco forte 3. Forte 4. Muito forte 5. Fortíssimo.

1	2	3	4	5
Nada forte	Pouco forte	Forte	Muito forte	Fortíssimo
1. Refletir sobre como vai ser o meu futuro				
2. Perceber que meu futuro depende das escolhas de hoje				
3. Preparar-me para o futuro				
4. Tomar consciência das escolhas educacionais e profissionais que tenho de fazer				
5. Planejar como alcançar os meus objetivos				
6. Estar preocupado (a) com a minha carreira				
7. Manter-me otimista.				
8. Tomar decisões por mim mesmo (a)				
9. Assumir a responsabilidade pelo que faço				
10. Defender as minhas convicções				
11. Agir com autonomia				
12. Fazer o que está certo para mim				
13. Explorar o ambiente à minha volta				
14. Procurar oportunidades para me desenvolver como pessoa				
15. Explorar alternativas antes de fazer uma escolha				
16. Estar atento (a) às diferentes maneiras de fazer as coisas				
17. Analisar de forma aprofundada questões que me dizem respeito				
18. Ser curioso (a) sobre novas oportunidades				
19. Realizar tarefas de forma eficiente				
20. Ser responsável (a) e fazer as coisas bem				
21. Desenvolver novas habilidades				
22. Resolver problemas				
23. Dar sempre o meu melhor				
24. Superar obstáculos				

ANEXO D: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) a participar voluntariamente de uma pesquisa sobre a relação entre os universitários, suas expectativas em relação à carreira e sua relação com familiares. Para tanto este estudo se dedica a estudar a diferenciação do *self* e adaptabilidade de carreira em Universitários concluintes do Ensino Superior. O estudo refere-se à dissertação de mestrado que está sendo desenvolvida no Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), pela mestranda Ursula Regina Schmidt Affini Félix, sob orientação do Prof^o Iuri Novaes Luna. A pesquisa tem como objetivo geral compreender a relação entre adaptabilidade de carreira e diferenciação do *self* em universitários concluintes do Ensino Superior. Espera-se que a pesquisa possa favorecer reflexões por parte dos estudantes participantes da pesquisa sobre relacionamentos com familiares e pessoas significativas e a habilidade de flexibilizar diante das demandas universitárias percebidas. Além disso, sua colaboração poderá contribuir para o avanço dos estudos sobre orientação e desenvolvimento de carreira dentro da Universidade. Por fim, as informações compartilhadas por meio dessa entrevista poderão fornecer informações que subsidiem novos serviços universitários de atendimento para familiares dos universitários.

Nessa direção, você está sendo convidado (a) a participar de uma entrevista individual na modalidade online, pela plataforma do *Google Meet* Institucional, cujo link você receberá no momento da entrevista, na qual serão abordados alguns aspectos pessoais, relacionais, acadêmicos e familiares, bem como responder a duas escalas sobre o assunto. A entrevista terá duração de aproximadamente duas horas e será gravada através da própria plataforma mediante a sua autorização, e posteriormente transcrita, para auxiliar na organização e análise de dados de pesquisa. Destaca-se que sua participação é voluntária e não remunerada, ou seja, não envolve nenhum tipo de recompensa financeira; portanto, caso não queira participar, basta não consentir em realizar a entrevista. Além disso, você poderá desistir de participar em qualquer fase da pesquisa, sem que isso gere qualquer tipo de ônus ou constrangimento para você. Quaisquer dúvidas podem ser esclarecidas antes, durante ou mesmo depois do curso do estudo.

Os resultados globais deste estudo serão posteriormente apresentados em congressos ou publicações científicas, resguardando o anonimato de todos os participantes. Os dados individuais fornecidos não serão objeto de divulgação. Isto é, qualquer dado que você

compartilhar durante essa entrevista será tratado de modo a não identificá-lo (a) pessoalmente. No entanto, apesar de todos os cuidados éticos, existe a remota possibilidade de o sigilo ser quebrado de maneira involuntária e não intencional (por exemplo, roubo de documentos, computadores, etc.), cujas consequências serão tratadas nos termos da lei.

Também é importante destacar que essa pesquisa aborda diferentes relacionamentos bem como situações dentro das demandas universitárias, sendo possível gerar algum desconforto ou sentimentos negativos, ao refletir sobre aspectos da experiência universitária, ou familiar que você possivelmente percebe como negativos, ou mesmo cansaço em decorrência do tempo de duração da entrevista. Caso sejam geradas reflexões negativas e você precisar de apoio psicológico durante ou após essa entrevista, a pesquisadora responsável pelo estudo, que é psicóloga estará disponível para realização de acolhimento psicológico.

Todos os procedimentos metodológicos que serão adotados obedecerão aos preceitos éticos implicados em pesquisas envolvendo seres humanos nas ciências humanas e sociais, conforme normatização da Resolução 510/16, do CNS – Conselho Nacional de Saúde. Nesse sentido, no caso de despesas extraordinárias diretamente advindas da sua participação nessa pesquisa (ex: vale transporte ou vale alimentação) a pesquisadora responsável arcará com o ressarcimento das mesmas. Além disso, com base na Resolução 510/16, ao concordar com este termo e que está ciente: a) da liberdade de participar ou não da pesquisa, bem como do seu direito de deixar de participar do estudo a qualquer momento, sem que isso gere qualquer tipo de ônus ou constrangimento para você; b) da garantia de receber resposta a qualquer dúvida acerca dos procedimentos e outros assuntos relacionados com a pesquisa; c) da segurança de que não haverá divulgação de dados pessoais e que se manterá o caráter confidencial das informações registradas; d) que as informações fornecidas serão arquivadas sem identificação pessoal junto ao banco de dados da pesquisadora responsável na Universidade Federal de Santa Catarina, na sala 14 A do Departamento de Psicologia, durante cinco anos, e após este período serão apagadas; e) de que está ciente que eventuais riscos aos quais possa estar exposto (a) em decorrência da participação na presente pesquisa referem-se às reflexões acerca da temática, sendo que tais riscos se justificam diante da importância da pesquisa para o processo de produção de conhecimento científico; e g) de que lhe é assegurada a garantia de indenização, de acordo com a legislação vigente e amplamente consubstanciada. Estes procedimentos passaram pelo CEPESH, que é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Após o término do mestrado, a dissertação será disponibilizada no repositório eletrônico institucional da biblioteca da UFSC. Além disso, ao final do projeto, poderá ser enviado, aos participantes que tiverem interesse e disponibilizarem o e-mail neste termo, a dissertação de mestrado concluída e digitalizada com os resultados da pesquisa. Esta pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina. O contato com o CEPESH – UFSC pode ser realizado pelo fone (48)37216094, pelo e-mail cep.propesq@contato.ufsc.br ou no endereço: Universidade Federal de Santa Catarina – Reitoria II, Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, 4º andar, Sala 401 – Trindade – CEP 88040-400 – Florianópolis/SC.

Maiores informações ou dúvidas em relação ao estudo podem ser obtidas pelos endereços de e-mail uaffini@hotmail.com e iuri.luna@ufsc.br, pelo telefone (47) 999671214, ou seguinte endereço: Universidade Federal de Santa Catarina- Departamento de Psicologia –

Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Sala 14 A- Trindade – CEP 88040970-Florianópolis/SC.

Este termo de Consentimento Livre e Esclarecido está escrito em duas vias, sendo que uma via será fornecida a cada participante e a outra ficará com a pesquisadora responsável.

Quanto ao registro das informações das entrevistas por meio de gravação da entrevista eu:

() Autorizo a gravação. () Não autorizo a gravação.

Eu, _____

li este documento e obtive todas as informações que julguei necessárias para me sentir esclarecido e optar por livre e espontânea vontade participar desta pesquisa. Declaro, portanto, que concordo em participar deste estudo.

Florianópolis, _____ de _____, 2022.

Nome do participante:

Assinatura do participante:

Pesquisadora responsável: Ursula Regina Schmidt Affini Félix

Assinatura da pesquisadora:

Caso tenha interesse em obter o acesso a essa dissertação de mestrado concluída, favor inserir seu e-mail:

