

ANCORAGEM: PRIMEIROS RUMOS PROFISSIONAIS NA ESCOLHA DE CARREIRA

Roberta de Paula Turquetti¹, Camila Nunes Machado², Sara Ferreira da Silva³, Larissa Romão Pereira⁴

¹Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: rturquetti@gmail.com; ²Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: camis.etdt@gmail.com; ³Discente do Curso de Psicologia da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: sara.fsilvax@gmail.com; ⁴Psicóloga. Docente na Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: larissaromaopereira@hotmail.com

Introdução: O projeto “Ancoragem: Primeiros Rumos Profissionais”, realizado pelo Laboratório de Práticas de Gestão da Estácio Carapicuíba, foi concebido como uma intervenção breve em orientação de carreira, com foco na escuta qualificada e no desenvolvimento da identidade profissional de estudantes universitários. **Objetivo:** Oferecer uma experiência estruturada de orientação de carreira baseada no modelo das Âncoras de Carreira de Edgar Schein, estimulando o autoconhecimento e a reflexão vocacional. **Material e Método:** A metodologia foi composta por quatro etapas: acolhimento inicial, aplicação do diagnóstico de Âncoras de Carreira, roda de conversa orientada e devolutiva escrita individualizada. A intervenção teve duração média de 90 minutos e foi conduzida por estagiários de Psicologia capacitados. Os dados qualitativos foram coletados via formulário de avaliação pós-atividade. **Resultados e Discussão:** Os resultados apontaram que 96% dos participantes consideraram a atividade relevante para seu processo de escolha profissional, destacando a escuta ativa, o acolhimento e a personalização da devolutiva como diferenciais. Muitos relataram que nunca haviam sido convidados a refletir sobre seus valores profissionais. Para os estagiários, a experiência foi formativa, possibilitando a aplicação prática de competências de escuta e mediação grupal. A devolutiva escrita possibilitou uma provocação reflexiva sobre trajetórias profissionais, promovendo autonomia e senso de direção. **Considerações Finais:** O projeto demonstra que intervenções breves, fundamentadas em modelos teóricos robustos e conduzidas com empatia e escuta ativa, possuem alto impacto no desenvolvimento vocacional. Além de fortalecer a identidade profissional, a ação contribui para a promoção da saúde mental ao criar espaços de diálogo e acolhimento em contextos universitários. Sua estrutura adaptável e custo reduzido torna a iniciativa replicável em diferentes instituições de ensino superior, promovendo uma formação integral e estratégica para jovens em processo de escolha profissional. **Contribuições para a Saúde:** Ao promover autoconhecimento e oferecer espaço seguro de escuta, a iniciativa atua na prevenção do sofrimento psíquico relacionado à insegurança vocacional, ansiedade e baixa autoestima. Favorece a saúde mental universitária por meio de vínculos de confiança e fortalecimento da identidade profissional. **Palavras-chave:** Orientação Profissional, Âncoras de Carreira, Psicologia, Estudantes Universitários.