

**DECISÕES DE CARREIRA: O DILEMA DE LUCAS ENTRE ESTABILIDADE E  
REALIZAÇÃO ACADÊMICA**

**NAHUAN ALAFF VIRGINO SOARES**  
UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA (UFPB)

# DECISÕES DE CARREIRA: O DILEMA DE LUCAS ENTRE ESTABILIDADE E REALIZAÇÃO ACADÊMICA

## 1.0 – INTRODUÇÃO

Lucas sempre foi conhecido por sua dedicação e paixão pela educação. Aos 25 anos, já havia vivenciado experiências profissionais que muitos de sua idade apenas sonhavam. Formado em Administração e com um Mestrado na área, o jovem amante da educação rapidamente se destacou ao ingressar como instrutor educacional técnico em uma instituição privada de ensino profissional na Paraíba. Desde 2022, Lucas ingressou na área da educação com ministração de disciplinas nos cursos de Assistente Administrativo e de Recursos Humanos, áreas da sua formação profissional.

Sua abordagem inovadora e entusiástica conquistou tanto alunos quanto colegas. Seu comprometimento e criatividade levaram-no a ser reconhecido como um dos principais instrutores da equipe em sua área. Com isso, ganhou espaço e recursos para desenvolver projetos inovadores no curso, além de construir vínculos afetivos com seus colegas de trabalho. Mas, o jovem instrutor possuía a sensação que faltava algo a mais em sua carreira.

- “Oh meu Deus! Estou feliz com meu emprego e conquistas, mas sinto falta de mais desafios. Será que estou reclamando de barriga cheia?” – **reflete Lucas em suas orações.**

Contudo, em 2024, uma nova oportunidade surgiu, trazendo consigo um desafio inesperado. A universidade em que Lucas se formou abriu uma vaga para professor substituto. Era uma chance única de retornar à academia, um ambiente que ele sempre valorizou e respeitou profundamente. Contudo, aceitar essa oferta significaria abandonar seu atual emprego, um lugar onde ele não apenas floresceu profissionalmente, mas também formou laços pessoais importantes e estabilidade profissional. Lucas se viu diante de um dilema de carreira.

### 1.1 - A Conquista no Instituto São Tomás de Aquino

Após concluir o mestrado em Administração, Lucas viu seu sonho tomar forma concreta ao ser aprovado na seleção para Instrutor Educacional no Instituto São Tomás de Aquino na Paraíba, especificamente na cidade de Bayeux, que fica na região metropolitana de João Pessoa. Esta conquista trouxe não apenas a oportunidade de ministrar aulas e ser finalmente chamado de Professor, mas também uma mudança radical em sua vida pessoal. Até então, Lucas residia em Pedra Branca, a 420 km de distância da capital paraibana.

Aceitar o cargo significava mudar-se para uma nova cidade, distanciando-se de sua família, que sempre foi um suporte essencial em sua vida. No entanto, a decisão também trouxe um aspecto positivo: a proximidade com sua namorada, que morava na cidade de João Pessoa. A perspectiva de estar mais próximo dela foi um fator que ajudou a suavizar o impacto emocional da mudança.

Lucas encarou o desafio e se mudou para a capital. Contudo, não foram apenas as mudanças geográficas que o surpreenderam. Logo nos primeiros meses, Lucas percebeu as peculiaridades da modalidade de educação profissional, em destaque que é direcionada para o desenvolvimento de habilidades práticas e teóricas necessárias para o desempenho de ocupações no mercado de trabalho, no qual inclui cursos técnicos, de formação inicial e continuada, e tem como objetivo preparar os alunos para uma inserção qualificada no mundo do trabalho.

No caso de Lucas, ministrava aulas para jovens aprendizes. O programa de aprendizagem é uma modalidade que combina a formação teórica com a prática profissional em empresas. Jovens aprendizes, geralmente entre 14 e 24 anos, são contratados como

aprendizes e recebem formação teórica em uma instituição de ensino, como o Instituto São Tomás de Aquino, enquanto aplicam o que aprendem na prática em uma empresa.

Apesar de seu entusiasmo, Lucas logo percebeu que necessitava adaptar sua didática a essa modalidade. A educação profissional exige uma abordagem mais prática e contextualizada, diferente do ensino tradicional ao qual estava acostumado. Ele precisava desenvolver métodos que tornassem o aprendizado mais relevante e aplicável para jovens que estavam ingressando no mercado de trabalho.

Com o tempo, a adaptação ocorreu. Lucas ajustou suas estratégias de ensino, incorporando atividades práticas e exemplos do cotidiano profissional dos alunos. Suas aulas, realizadas de segunda a sexta-feira, geralmente envolviam duas turmas do curso, mas em períodos diferentes. Seu contrato como funcionário permanente na empresa possuía carga horária de 20 horas semanais e seu salário inicial era de R\$ 1.800,00. Embora na sua percepção o salário ser abaixo das suas expectativas, o fato de estar à frente de uma sala de aula era o que engajava a dar o seu melhor todos os dias, mesmo percorrendo 15 quilômetros todos os dias.

## **1.2 O Crescimento e a Reconhecimento**

Com o passar dos meses, os desafios e as oportunidades foram conquistando o coração do amante da educação. Lucas foi se descobrindo e aprimorando suas habilidades como educador. Seu trabalho começou a ganhar reconhecimento, e logo convites para ministrar palestras em eventos nacionais e regionais começaram a surgir. Ele participou de entrevistas na afiliada da Rede Globo da Paraíba, destacando-se como uma figura proeminente na área de educação profissional. Nos corredores da unidade de ensino, Lucas passou a ser conhecido como o novo garoto-propaganda do Instituto São Tomás de Aquino.

- "Olha só, o Lucas está na TV de novo!", **comentava Ana**, uma colega de trabalho. "Esse garoto não para de brilhar! Vai se aposentar no Instituto São Tomás de Aquino", **complementava Carlos**, outro instrutor.

A empolgação era tanta que, em meados de 2023, Lucas percebeu que tinha deixado de lado um dos seus objetivos profissionais: ser professor universitário. Para ele, o doutorado era um pré-requisito importante para se tornar professor efetivo em uma universidade pública. No entanto, a fala de Carlos e de outros colegas, despertou em Lucas uma inquietação sobre sua carreira.

- "Será que realmente é nessa empresa que vou passar toda minha história como profissional? Estou tão envolvido com o presente que quase esqueci do meu futuro, Se quero realmente alcançar meu objetivo de ser professor em uma universidade, preciso colocar a mão na massa." - refletiu **Lucas**.

Desde o início da graduação, Lucas decidiu trilhar a carreira acadêmica e nada mais. Se havia algo que ele era inflexível naquela época, era a decisão de não trocar esse sonho por outra profissão ou carreira, mesmo a empresarial, própria de sua formação como administrador. "A sala de aula é onde posso fazer a diferença e contribuir com o conhecimento. Não me vejo em outro lugar", pensava **Lucas**.

## **1.3 A Oportunidade Inesperada**

Desde o início dessa inquietação, Lucas começou a buscar oportunidades de vagas para professor no ensino superior. No entanto, a situação confortável no trabalho no Instituto São Tomás de Aquino fez com que ele não colocasse esse objetivo como essencial e relevante para o momento. Estava satisfeito com o reconhecimento que recebia, a estabilidade e os vínculos que havia criado.

Mas em setembro de 2023, tudo mudou. Foi publicado um edital com uma vaga para professor substituto na UFPB no curso de administração, com carga horária de 40 horas, na cidade de Mamanguape, Paraíba. Cidade com distância aproximadamente de 50 quilômetros de João Pessoa. A remuneração final com os auxílios ficavam em torno de R\$ 4.900 reais. A notícia causou uma montanha-russa de emoções em Lucas. Ele sabia que essa era a chance de retomar seu sonho acadêmico, mas também estava ciente dos riscos e das mudanças que essa decisão poderia trazer para sua vida e carreira, de forma específica ter que trabalhar em uma cidade mais distante de João Pessoa. Naquela noite, Lucas e sua noiva, Lyh, sentaram-se na sala de seu apartamento para discutir a situação.

- “Lyh, saiu o edital para professor substituto na UFPB em Mamanguape,” disse **Lucas**, visivelmente agitado. “É uma oportunidade única. Sempre sonhei em lecionar na universidade, além do salário atrativo, tenho a oportunidade de desenvolver meu currículo para o doutorado e outras oportunidades na academia, mas não sei o que fazer agora”.

- **Lyh**, que conhecia Lucas como ninguém, percebeu a seriedade do dilema que ele enfrentava. “Lucas, eu sei o quanto você quer isso. Mas precisamos pensar com calma. Eu não quero morar em outro lugar, pois estamos próximo de morar juntos e o apartamento já foi alugado e mobilhado”.

- “É complicado,” respondeu **Lucas**, suspirando. “Eu amo meu trabalho no Instituto São Tomás de Aquino. Tenho estabilidade, sou valorizado, tenho crescido profissionalmente e construí uma relação forte com meus colegas e alunos. Mas ser professor universitário sempre foi meu sonho!”.

Após a conversa com Lyh, Lucas tomou a decisão de se candidatar à vaga de professor substituto na UFPB. No entanto, optou por manter essa decisão em segredo no trabalho. Naquele momento, ele estava sendo promovido temporariamente para uma carga horária de 40 horas semanais e estava a serviço externo da empresa em outra cidade. Essa era uma excelente oportunidade financeira, fazendo com que seu rendimento mensal no trabalho chegasse a R\$ 7.000,00, com um salário base de R\$ 3.900,00, acrescido de vale alimentação e moradia.

A remuneração, que antes era algo secundário em seu trabalho, começou a chamar sua atenção, principalmente devido ao fato de que seu casamento estava próximo e o que era apenas o desejo de adquirir seu veículo próprio, estava se tornando uma necessidade atual. Além disso, Lucas e Lyh estavam planejando a cerimônia e os custos associados ao evento estavam aumentando. Assim como, a perspectiva de uma vida mais confortável para ambos era um fator importante a ser considerado.

#### **1.4 O Dilema de Lucas**

Alguns meses se passaram, e enquanto Lucas estava em atividade externa ao Instituto São Tomás de Aquino, ele realizou as etapas do concurso para professor substituto. Em seus pensamentos, o cenário perfeito seria passar no concurso e permanecer na empresa, sendo remunerado com os dois salários e não tendo que decidir entre os dois. Mas, não foi isso que aconteceu. Ainda no clima natalino do mês de dezembro, Lucas acessou o portal da universidade e viu que havia sido aprovado e convocado para iniciar as aulas na graduação em janeiro.

Um pulo de alegria foi automático, tamanha era sua felicidade. Ele não podia acreditar. Juntou essa conquista com o seu casamento, marcado para janeiro, e tudo parecia estar bem. No entanto, ao retornar das férias, o período de serviço externo havia encerrado e ele voltou à sua carga horária de 20 horas semanais, com um salário de R\$ 2.200,00. Mas, com a aprovação no concurso, Lucas acreditava que a situação estava perfeita.

Contudo, em uma tarde, Lucas procurou a gerência para informar sobre sua aprovação no concurso público. Ele explicou que a posição na universidade era temporária e que desejava

conciliar os dois empregos. Lucas entregou à administração da unidade um pedido para alterar seu turno para a noite. Porém, com um semblante de preocupação, a gerência não viu a proposta com bons olhos. Eles não sabiam como remanejar seu horário, mesmo que temporariamente, pois Lucas já estava com a programação do primeiro semestre preparada para atender aos jovens aprendizes durante as manhãs. Além disso, isso significaria a necessidade de contratar outro funcionário.

Ao final da conversa, ficou claro que não havia possibilidade de mudar o turno de trabalho, nem na UFPB nem no Instituto São Tomás de Aquino. Lucas deveria optar por um dos empregos.

“Lucas, entendemos sua situação e sua ambição,” disse a gerente, olhando diretamente para ele. “Mas, infelizmente, não temos como ajustar seu horário. Precisamos que você escolha entre continuar conosco ou seguir para a universidade.”

Lucas sentiu o peso da decisão sobre seus ombros. A alegria que sentiu com a aprovação no concurso e o casamento iminente se misturava agora com a angústia de ter que escolher um caminho. Ele estava diante de um dilema crucial: seguir seu sonho acadêmico ou manter a estabilidade e segurança financeira que o Instituto São Tomás de Aquino oferecia.

Com o coração dividido, Lucas sabia que qualquer decisão exigiria sacrifícios e mudanças significativas, principalmente em razão de sua esposa está desempregada. O momento de escolher seu futuro havia chegado, e ele precisaria refletir sobre seus objetivos e prioridades.

## **2- NOTAS DE ENSINO**

### **2.1- Objetivo de ensino**

O objetivo de ensino deste caso é proporcionar aos estudantes uma compreensão prática e teórica dos desafios e decisões complexas que os profissionais enfrentam em suas carreiras. Por meio da história de Lucas, os estudantes serão incentivados a analisar e refletir sobre temas como a conciliação entre sonhos e estabilidade financeira, a necessidade de adaptação e flexibilidade em diferentes contextos de trabalho, e as implicações das decisões de carreira na vida pessoal e profissional. Além disso, o caso busca desenvolver habilidades de planejamento de carreira, gestão de conflitos e comunicação eficaz, preparando os alunos para tomar decisões informadas e estratégicas em suas próprias trajetórias profissionais.

### **2.2- Fontes e Métodos de Coleta**

O relato apresentado neste caso é baseado em eventos reais, mas os nomes das empresas e dos personagens foram alterados para preservar a confidencialidade. Para construir a narrativa, foram utilizados documentos fornecidos pelo próprio protagonista, incluindo registros de emprego, correspondências institucionais e pessoais.

### **2.3- Relações com os Objetivos da Disciplina**

Este caso está relacionado aos objetivos de disciplinas voltadas para a gestão de carreira e desenvolvimento profissional. Os estudantes aprenderão a avaliar e tomar decisões, considerando fatores como estabilidade financeira, realização pessoal e desenvolvimento profissional. Além disso, o caso incentiva a reflexão sobre objetivos pessoais e profissionais, a resiliência frente a desafios inesperados que influenciam decisões de carreira, alinhando as escolhas profissionais com os princípios pessoais.

### **2.4- Disciplinas Sugeridas**

Para uso e aplicação em sala de aula, este caso se torna ideal para disciplinas como Gestão de Carreira e Desenvolvimento Profissional, Planejamento Estratégico de Pessoas, Tomada de Decisão e Resolução de Problemas. Visto que, o caso proporciona um contexto prático para

explorar temas como avaliação de oportunidades de carreira, adaptação a novos ambientes e comunicação eficaz.

## 2.5- Sugestão de questão e suporte teórico para resolução

- Com base nas âncoras de carreira, qual delas parece ser mais predominante na decisão de Lucas ao avaliar as opções de continuar no Instituto São Tomás de Aquino ou aceitar a vaga na UFPB? Explique sua resposta.

- Considerando as características das gerações X, Y e Z, em qual geração Lucas se enquadra? Como isso pode influenciar sua tomada de decisão em relação à sua carreira?

- Quais são as vantagens e desvantagens de Lucas manter a estabilidade financeira no Instituto São Tomás de AQUINO versus seguir seu sonho acadêmico na UFPB? Como essas escolhas podem impactar sua vida pessoal e profissional a longo prazo?

- Qual decisão o personagem deve tomar? Justifique

## 2.6 – Suporte teórico para resolução das questões sugeridas

No contexto da compreensão do conceito de carreira, este pode ser visto como o trajeto individual percorrido por um profissional ao longo de sua vida, moldado por experiências e decisões que refletem suas aspirações e circunstâncias específicas (Granzeiro et al., 2020). Esse percurso não se restringe apenas a uma progressão linear, mas envolve escolhas estratégicas que podem ser influenciadas por diferentes vertentes teóricas e disciplinares.

Edgar Schein propôs o conceito de âncoras de carreira, fundamentado na ideia de que cada profissional possui uma autoimagem única que orienta suas escolhas e preferências vocacionais (Rosa, Zampier e Stefano, 2017). No caso de Lucas, sua decisão de transitar para o papel de professor substituto na UFPB pode ser interpretada à luz desse conceito. Sua âncora de carreira possivelmente enfatiza a necessidade de expressar seus valores pessoais através da educação, buscando um alinhamento mais profundo entre suas habilidades e suas motivações intrínsecas.

**Quadro 1-** Ancoras de carreira segundo Edgar Schein (1996)

<b>Âncora de Carreira</b>	<b>Descrição</b>	<b>Relação com o Caso de Lucas</b>
<b>Dedicação a Uma Causa</b>	Profissionais que priorizam determinados valores e se dedicam ao máximo às atividades, se importando em transmitir conhecimento e preocupando-se com o bem-estar dos outros.	Lucas se dedicou ao ensino profissionalizante, compartilhando seu conhecimento e criando vínculos afetivos com os colegas e alunos, demonstrando uma forte dedicação à causa da educação profissional.
<b>Autonomia e Independência</b>	Profissionais que preferem ambientes com menos gestão vertical e mais liberdade para desempenhar suas atividades, valorizando a independência no trabalho.	Lucas apreciou a liberdade oferecida pelo SENAI para inovar em suas aulas, mas também enfrentou desafios de adaptação devido às particularidades da educação profissional.
<b>Desafio Puro</b>	Profissionais que buscam constantemente novos projetos e desafios, gostando de resolver problemas e de melhoria contínua.	Lucas se destacou por assumir novos projetos e desafios no SENAI, além de buscar constantemente melhorar sua didática e metodologia de ensino.
<b>Criatividade Empresarial</b>	Profissionais movidos pela inovação e criatividade, muitas vezes desenvolvendo soluções dentro de empresas ou abrindo seus próprios negócios.	Lucas inovou em suas aulas e projetos no SENAI, recebendo reconhecimento interno e externo, inclusive com convites para palestras e entrevistas.
<b>Estilo de Vida</b>	Profissionais que valorizam a qualidade de vida e preferem rotinas mais	Inicialmente, Lucas não priorizou a remuneração, mas com a proximidade

	flexíveis, tomando decisões com base no estilo de vida desejado.	do casamento, ele começou a considerar a estabilidade financeira e a qualidade de vida proporcionada pelo seu emprego no SENAI.
<b>Competência Administrativa Geral</b>	Profissionais que sonham em construir uma carreira de sucesso dentro de uma empresa, conquistando promoções e desenvolvendo habilidades administrativas e de gestão.	Lucas demonstrou competência administrativa ao ser temporariamente promovido a uma carga horária de 40 horas no SENAI, mas seu foco principal sempre foi a docência e a pesquisa acadêmica.
<b>Segurança e Estabilidade</b>	Profissionais que valorizam a previsibilidade e a segurança no trabalho, preferindo evitar grandes riscos e mudanças frequentes.	Lucas encontrou segurança e estabilidade no SENAI, especialmente com a promoção e o aumento salarial, o que o fez reconsiderar seus objetivos de carreira em relação à estabilidade financeira necessária para seu casamento.
<b>Competência Técnica e Funcional</b>	Profissionais que se especializam em atividades específicas, buscando se tornar altamente qualificados e referência em suas áreas de atuação.	Lucas desenvolveu uma forte competência técnica na área de gestão educacional, ministrando cursos de assistente administrativo e de recursos humanos, e buscando sempre aprimorar suas habilidades e conhecimentos na área de ensino.

**Fonte:** Com base em FIA (2021)

Com base no relato do caso de Lucas, a âncora de carreira que parece ser mais predominante em sua decisão é a âncora de "**competência técnico-funcional**". Esta âncora, proposta por Edgar Schein, está associada à busca por desafios técnicos e funcionais específicos, bem como ao desejo de aplicar habilidades técnicas em um contexto profissional que as valorize. Lucas demonstra comprometimento com a educação profissional e o desenvolvimento de projetos inovadores no Instituto São Tomás de Aquino. Ele se destaca não apenas por seu engajamento com os alunos e colegas, mas também por sua capacidade de integrar teoria e prática nas disciplinas que ministra. Essa competência técnico-funcional é um elemento central em sua carreira até o momento, onde ele encontrou reconhecimento e satisfação profissional.

No entanto, ao considerar a oportunidade na UFPB como professor substituto, Lucas enfrenta o dilema de alinhar sua âncora de competência técnico-funcional com o desejo de realizar um sonho acadêmico mais amplo, que envolve preparação para o doutorado e um potencial futuro acadêmico em uma universidade pública. Embora ele valorize profundamente seu trabalho atual e os vínculos estabelecidos, a oportunidade na UFPB representa um caminho para expandir suas habilidades e buscar novos desafios no ensino superior.

Além disso, as características distintas das gerações X, Y e Z também são relevantes ao analisar o contexto de Lucas. As diferenças entre as gerações X, Y e Z oferecem insights valiosos para compreender as motivações de Lucas em sua decisão de carreira. A Geração X, nascida entre 1960 e 1980, valoriza a estabilidade no emprego e prioriza um equilíbrio saudável entre vida pessoal e profissional. Esses indivíduos tendem a se sentir confortáveis em ambientes organizacionais com hierarquias claras, buscando segurança e previsibilidade em suas trajetórias profissionais (Comazzeto et al., 2016).

Por outro lado, a Geração Y, que compreende aqueles nascidos entre 1980 e 1995, demonstra uma inclinação significativa para a flexibilidade no trabalho. Eles valorizam a autonomia, estão dispostos a assumir riscos calculados e procuram por um propósito maior em suas carreiras. Esta geração valoriza colaboração e inovação, muitas vezes optando por ambientes de trabalho que ofereçam espaço para criatividade e desenvolvimento pessoal (Marques; Matos, 2021)

Já a Geração Z, nascida entre 1995 e 2010, cresceu em um ambiente profundamente influenciado pela tecnologia. Esses jovens são adeptos ao uso de dispositivos digitais desde cedo e valorizam a independência e o aprendizado autodirigido. Eles tendem a buscar carreiras que ofereçam flexibilidade, rapidez na tomada de decisões e oportunidades de crescimento baseadas em competências digitais e inovação tecnológica (Siqueira; Rebelato, 2019).

Embora pertencente à Geração Z, em razão da idade, no caso indica que o mesmo possuía 25 anos de idade durante o contexto do dilema, que ocorreu em 2023/2024, ou seja, o mesmo nasceu no período da transição do século XX e XXI, Lucas demonstra características dominantes da Geração Y, em razão por preferência em flexibilidade, propósito e colaboração em sua carreira, características que podem influenciar diretamente sua escolha de explorar novas oportunidades no campo acadêmico (Tridapalli et al., 2017). Por exemplo, Lucas pode valorizar mais a autonomia e a flexibilidade oferecidas pela posição na UFPB, buscando um ambiente de trabalho que permita maior liberdade e oportunidades de crescimento profissional alinhadas com seu propósito. Além disso, sua disposição para assumir riscos pode ser um fator determinante na escolha de explorar novas oportunidades na universidade em vez de manter a estabilidade no Instituto São Tomás de Aquino.

Sendo assim, Lucas pode considerar as seguintes vantagens e desvantagens sobre os dois caminhos:

**Quadro 2 - Comparação de Opções: Estabilidade vs. Realização Acadêmica**

Aspecto	Instituto São Tomás de Aquino	UFPB
<b>Vantagens</b>		
<b>Segurança Financeira</b>	Benefícios estabelecidos	Salário maior e Oportunidade de desenvolvimento acadêmico
<b>Reconhecimento Profissional</b>	Reconhecido como instrutor destacado	Oportunidade de se destacar no meio acadêmico
<b>Estabilidade Geográfica</b>	Estabilidade na mesma localização	Potencial para novas redes profissionais
<b>Desvantagens</b>		
<b>Limitação Acadêmica</b>	Restrições no desenvolvimento acadêmico	Contrato temporário
<b>Estagnação Profissional</b>	Risco de falta de desafios e crescimento	Distância de pessoas importantes
<b>Impacto nas Relações Pessoais</b>	Proximidade com a família e namorada	Potencial impacto no relacionamento e vida pessoal

**Fonte:** Elaboração própria (2024)

A decisão de Lucas também pode ser iluminada pelos cinco fatores orientadores de transições de carreira. Para realizar uma análise mais assertiva e menos permeada por equívocos ou ilusões em transições de carreira, é essencial considerar cinco fatores orientadores fundamentais segundo o Modelo de orientação de mudanças de carreira (Veloso, 2022):

- I. **Posicionamento do Momento de Vida:** Avaliar como a mudança se relaciona com o momento pessoal e profissional é crucial. Fatores externos, como estresse e frustrações pessoais, podem influenciar a percepção sobre a situação atual e a futura. Isso inclui Lucas considerar seu casamento iminente, suas responsabilidades financeiras e a estabilidade emocional proporcionada pelo emprego atual. Ele deve refletir sobre como uma mudança afetaria não apenas sua carreira, mas também sua vida pessoal e o equilíbrio entre ambos.
- II. **Análise da Situação de Origem:** Entender a situação profissional atual de forma objetiva é necessário para evitar decisões baseadas em emoções. Isso envolve identificar o que o motiva a considerar a mudança, como oportunidades de crescimento limitadas, salário menos satisfatório ou outras questões que podem estar influenciando sua insatisfação.
- III. **Reflexões Sobre a Mudança:** Considerar as características da transição, como o contraste entre a situação atual e desejada, influências externas e a capacidade



de adaptação, ajuda a tomar decisões mais conscientes e racionais. Isso inclui avaliar como Lucas se adaptaria ao ambiente acadêmico, quais seriam as expectativas de trabalho, oportunidades de desenvolvimento acadêmico e impactos potenciais em seu estilo de vida, especialmente considerando a distância de João Pessoa e os planos pessoais com sua esposa.

- IV. **Balço dos Recursos:** Avaliar os recursos disponíveis, como financeiros, psicológicos e suporte social, é essencial para gerenciar eficazmente os desafios da transição. Isso envolve recursos financeiros para lidar com uma possível redução de salário inicial ou aumento de custos de vida, suporte psicológico para lidar com o estresse da transição e apoio social para ajudá-lo durante o ajuste.
- V. **Análise da Nova Situação:** Investigar as características da nova oportunidade profissional, como oportunidades de crescimento, perspectivas futuras e necessidades de qualificação, é crucial para evitar escolhas baseadas em suposições ou informações inconsistentes. É necessário entender as oportunidades de crescimento acadêmico, perspectivas futuras na universidade, como a adequação de suas habilidades e interesses à função de professor substituto, e o impacto de longo prazo em sua carreira acadêmica.

Ao aplicar esse modelo, Lucas poderá tomar uma decisão mais fundamentada, levando em conta não apenas seus sonhos e aspirações profissionais, mas também considerando o impacto em sua vida pessoal e a gestão dos recursos necessários para fazer a transição de forma bem-sucedida.

### **2.7 – Plano de aula**

Este plano de aula visa proporcionar uma introdução dinâmica e interativa à Psicologia, utilizando diferentes metodologias para engajar os alunos e estimular o debate crítico sobre os temas abordados. Com duração de 120 minutos. Alguns recursos necessários são: quadro branco, marcadores coloridos, projetor de slides (opcional), material de apoio impresso (resumos, esquemas). Sugere-se que o relato do caso seja disponibilizado e respondido de forma individual na aula anterior ao debate.

### **Cronograma:**

#### **1. Introdução (10 minutos)**

- Apresentação do objetivo da aula e contextualização do caso de Lucas.
- Discussão inicial: O que significa tomar decisões de carreira significativas?

#### **2. Apresentação do Estudo de Caso (20 minutos)**

- Leitura do resumo e discussão do caso de Lucas.
- Anotações no quadro: Pontos chave do caso de Lucas (formação, experiências profissionais, dilemas atuais).

#### **3. Debate em pequeno grupo de até 04 integrantes (30 minutos)**

- Discussão em grupo: Como cada fator pode influenciar a decisão de Lucas?

#### **4. Debate no grande grupo (40 minutos)**

- Escolha de representantes de cada grupo para expor suas respostas.

#### **5. Atividade Prática (20 minutos)**

- Dinâmica em grupo: Simulação de uma reunião de aconselhamento de carreira para Lucas.

#### **6. Conclusão (10 minutos)**

- Recapitulação dos pontos discutidos e principais conclusões alcançadas.
- Feedback dos alunos: O que aprenderam com o caso de Lucas?

No plano de aula proposto, a participação dos alunos pode ser incentivada através de uma estrutura de avaliação que valoriza tanto a contribuição ativa no debate quanto a qualidade analítica e criativa das contribuições individuais e em grupo. Com pontuação na avaliação entre 0 a 5 pontos na nota.

## **2.8 – Referencias utilizadas e sugeridas**

COMAZZETO, L. R.; VASCONCELLOS, S. J. L.; PERRONE, C. M.; GONÇALVES, J. A. geração Y no mercado de trabalho: um estudo comparativo entre as gerações. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 36, n. 1, p. 145-157, jan./mar., 2016.

DA SILVA ROSA, F. A.; ZAMPIER, M. A.; STEFANO, S. R. Tipos de carreira: análise da produção científica. **Revista de Carreiras e Pessoas**, v. 7, n. 1, 2017.

FIA, 2021. **Âncoras de carreira: o que são, tipos e como descobrir a sua**. Disponível em: <https://fia.com.br/blog/ancoras-de-carreira/>. Acesso em: 15 de julho de 2024,

MARQUES, J. G. R.; MATOS, S. F. D. Geração alpha no futuro das organizações. **Revista de Saúde e Meio Ambiente**, v.2, p. 278-292, 2021.

TRIDAPALLI, J.; SILVA, E.; ZIEDE, M.K.L.; MARCOLLA, C. Os conflitos da geração X e Y no mercado de trabalho. **Revista Húmus**, v.7, n. 20, 2017.

SIQUEIRA, D. C.; REBELATO, A. M. ‘Nativos digitais’: características atribuídas por gestores à geração Z. **Revista de Gestão do Unilasalle**, v.8, n.2, p. 25-40, jul. 2019.

VELOSO, E. F. R. Modelo de orientação de decisões em transições de carreira. **Revista Administração em Diálogo**, v. 24, n. 3, art. 7, p. 98-107, 2022.