INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS
CAMPUS PALMAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA

DANIELA DE SOUSA LIBERATO

ANSIEDADE E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL
DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Palmas - TO
2026

DANIELA DE SOUSA LIBERATO

ANSIEDADE E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, ofertado pelo *campus* Palmas do Instituto Federal do Tocantins, na linha de pesquisa Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica (EPT) e no Macroprojeto 1 – Propostas metodológicas e recursos didáticos em espaços formais e não formais de ensino na EPT como parte dos requisitos para a obtenção do título de Mestra em Educação Profissional e Tecnológica.

Orientadora: Profa. Dra. Rosa Maria Machado de Sena.
Coorientadora: Profa. Dra. Khellen Cristina Pires Correia Soares

Palmas - TO

2026

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Bibliotecas do Instituto Federal do Tocantins

L695a Liberato, Daniela de Sousa

ANSIEDADE E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL : DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO / Daniela de Sousa Liberato, Rosa Maria Machado de Sena. – Palmas, TO, 2026.

141 f. : il. color.

Formato: Website

Produto Educacional (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins, Campus Palmas, Palmas, TO, 2026.

Orientadora: Dra. Rosa Maria Machado de Sena

Coorientadora: Dra. Khellen Cristina Pires Correia Soares

Produto Educacional vinculado à Dissertação: Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida

1. Educação Profissional e Tecnológica. 2. Ansiedade. 3. Orientação Profissional. I. Sena, Rosa Maria Machado de. II. Sena, Rosa Maria Machado de III. Soares, Khellen Cristina Pires Correia. IV. Título.

CDD 370

A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio, deste documento é autorizada para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Elaborado pelo sistema de geração automatica de ficha catalográfica do IFTO com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

DANIELA DE SOUSA LIBERATO

ANSIEDADE E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, ofertado pelo Instituto Federal do Tocantins *Campus* Palmas, como requisito parcial para obtenção do título de Mestra em Educação Profissional e Tecnológica.

Aprovado em 01 de setembro de 2026.

COMISSÃO EXAMINADORA

_____

Orientadora: Profa. Dra. Rosa Maria Machado de Sena.

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO)

_____

Coorientadora: Profa. Dra. Khellen Cristina Pires Correia Soares

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO)

_____

Membra interna: Profa. Dra. Mary Lucia Gomes Silveira de Senna

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO)

_____

Membro externo: Prof. Dr. Ulisses Franklin Carvalho da Cunha

Universidade Estadual do Tocantins (Unitins)

DANIELA DE SOUSA LIBERATO

ANSIEDADE E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL:

DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Produto Educacional apresentado ao Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica, ofertado pelo Instituto Federal do Tocantins *Campus* Palmas, como requisito parcial para obtenção do título de Mestra em Educação Profissional e Tecnológica.

Validado em 01 de setembro de 2026.

COMISSÃO EXAMINADORA

_____

Orientadora: Profa. Dra. Rosa Maria Machado de Sena.

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO)

_____

Coorientadora: Profa. Dra. Khellen Cristina Pires Correia Soares

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO)

_____

Membra interna: Profa. Dra. Mary Lucia Gomes Silveira de Senna

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO)

_____

Membro externo: Prof. Dr. Ulisses Franklin Carvalho da Cunha

Universidade Estadual do Tocantins (Unitins)

“Gosto de ser gente porque, inacabado, sei que sou um ser condicionado, mas, consciente do inacabamento, sei que posso ir mais além dele. Esta é a diferença profunda entre o ser condicionado e o ser determinado. A diferença entre o inacabado que não se sabe como tal e o inacabado que histórica e socialmente alcançou a possibilidade de saber-se inacabado”.

(Freire, 2002).

RESUMO

Esta dissertação, desenvolvida no âmbito do Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), teve como objetivo identificar os principais fatores escolares percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas e, a partir da compreensão desses fatores, desenvolver e validar um Produto Educacional de apoio à reflexão sobre o futuro acadêmico e profissional. A pesquisa caracteriza-se como aplicada e de abordagem mista, compreendendo uma etapa de investigação de campo e uma etapa de caráter metodológico, envolvendo investigação diagnóstica, revisão da literatura, elaboração do Produto Educacional e validação com psicólogos avaliadores e estudantes do público-alvo. A investigação diagnóstica foi realizada com 104 estudantes do segundo ano do Ensino Médio Integrado ao Técnico, por meio de um questionário semiestruturado composto por nove questões fechadas em escala ordinal de frequência e uma questão aberta. Os dados indicaram que o futuro acadêmico e profissional foi o fator mais frequentemente associado à ansiedade entre os participantes, seguido por provas e avaliações de desempenho e apresentações em público. A partir desse resultado, foi elaborada a cartilha interativa *Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida*, em formato de site, fundamentada na orientação profissional sócio-histórica e alinhada aos princípios da formação humana integral. O Produto Educacional foi submetido à validação de conteúdo e aparência por psicólogos avaliadores, obtendo Índice de Validade de Conteúdo global de 0,89, e à validação aparente e semântica com estudantes, alcançando Índice de Validade de Conteúdo global de 0,97. As contribuições qualitativas das duas etapas subsidiaram ajustes na linguagem, na organização, nos recursos visuais, na navegação e na explicitação dos limites do material. Conclui-se que a cartilha apresentou resultados satisfatórios nas etapas de validação e pode constituir um recurso educativo de apoio à reflexão sobre escolhas acadêmicas e profissionais, trajetórias formativas, mundo do trabalho e projetos de vida, sem assumir caráter clínico, diagnóstico, terapêutico, prescritivo ou classificatório. A pesquisa contribui para a Educação Profissional e Tecnológica ao articular saúde mental, orientação profissional e formação humana integral em um Produto Educacional contextualizado e passível de utilização no cotidiano escolar.

Palavras-chave: Ansiedade. Ensino Médio Integrado. Educação Profissional e Tecnológica. Orientação Profissional. Produto Educacional.

ABSTRACT

This dissertation, developed within the Graduate Program in Professional and Technological Education (ProfEPT), aimed to identify the main school-related factors perceived as associated with anxiety among students enrolled in Integrated Technical High School Education at IFTO – Palmas Campus and, based on an understanding of these factors, to develop and validate an Educational Product designed to support reflection on academic and professional futures. This is an applied study with a mixed-methods approach, comprising a field investigation stage and a methodological stage, including a diagnostic investigation, literature review, development of the Educational Product, and validation with psychologist evaluators and students from the target audience. The diagnostic investigation was conducted with 104 second-year students enrolled in Integrated Technical High School Education using a semi-structured questionnaire consisting of nine closed-ended questions based on an ordinal frequency scale and one open-ended question. The data indicated that academic and professional futures were the factor most frequently associated with anxiety among the participants, followed by tests and performance assessments and public presentations. Based on this finding, the interactive booklet *Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida* [*Explore: a guide to help you reflect on your career choices and life projects*] was developed as a website, grounded in a socio-historical approach to career guidance and aligned with the principles of integral human development. The Educational Product underwent content and appearance validation by psychologist evaluators, achieving an overall Content Validity Index of 0.89, as well as face and semantic validation with students, achieving an overall Content Validity Index of 0.97. The qualitative contributions from both validation stages supported adjustments to the language, organization, visual resources, navigation, and clarification of the material's limitations. It is concluded that the booklet achieved satisfactory results in the validation stages and may serve as an educational resource to support reflection on academic and career choices, educational pathways, the world of work, and life projects, without assuming a clinical, diagnostic, therapeutic, prescriptive, or classificatory role. The study contributes to Professional and Technological Education by integrating mental health, career guidance, and integral human development into a contextualized Educational Product suitable for use in everyday school settings.

Keywords: Anxiety. Integrated Technical High School Education. Professional and Technological Education. Career Guidance. Educational Product.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Percurso metodológico da pesquisa..... 41
Figura 2 – Tela inicial da cartilha digital Explorar..... 52
Figura 3 – Cartões de acesso aos eixos temáticos da cartilha..... 56
Figura 4 – Atividade “Minha Bússola de Interesses”..... 57
Figura 5 – Recorte da atividade “Explorando Profissões e Cursos”..... 58
Figura 6 – Recorte da atividade “O Caminho é Seu”..... 59
Figura 7 – Estrutura pedagógica da cartilha Explorar..... 59
Figura 8 – Seção de encerramento da cartilha..... 61
Figura 9 – Distribuição das respostas dos três fatores mais frequentemente associados à ansiedade na investigação diagnóstica.....66
Figura 10 – Síntese das contribuições qualitativas dos psicólogos avaliadores por eixo de análise.....74
Figura 11 – Síntese das observações qualitativas dos estudantes e encaminhamentos adotados..... 82

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Distribuição dos estudantes matriculados nos cursos técnicos integrados ao Ensino Médio do IFTO – Campus Palmas em 2025..... 42

Tabela 2 – Frequência de ansiedade por fator escolar investigado na etapa diagnóstica..... 63

Tabela 3 – Avaliação dos psicólogos avaliadores quanto à validação de conteúdo e aparência da cartilha..... 71

Tabela 4 – Caracterização dos estudantes participantes da validação aparente e semântica..... 78

Tabela 5 – Avaliação dos estudantes quanto à validação aparente e semântica da cartilha..... 79

LISTA DE SIGLAS

APA – American Psychiatric Association

BNCC – Base Nacional Comum Curricular

CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

CEP – Comitê de Ética em Pesquisa

DSM-5-TR – Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: 5ª edição, texto revisado

EMI – Ensino Médio Integrado

EPT – Educação Profissional e Tecnológica

GABA – ácido gama-aminobutírico

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IFTO – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins

IVC – Índice de Validade de Conteúdo

IVCd – Índice de Validade de Conteúdo por dimensão

IVCg – Índice de Validade de Conteúdo global

IVCi – Índice de Validade de Conteúdo por item

LDB – Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional

OMS – Organização Mundial da Saúde

OP – Orientação Profissional

PDF – *Portable Document Format*

PE – Produto Educacional

PNE – Plano Nacional de Educação

ProfEPT – Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica

QR Code – Quick Response Code

TALE – Termo de Assentimento Livre e Esclarecido

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO..... 14
1 INTRODUÇÃO..... 16
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA..... 21
2.1 ENSINO MÉDIO INTEGRADO: FORMAÇÃO HUMANA INTEGRAL E AS DEMANDAS DE SAÚDE MENTAL..... 21
2.2 O FUTURO ACADÊMICO E PROFISSIONAL COMO FATOR ASSOCIADO À ANSIEDADE ENTRE ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO..... 27
2.3 A ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL COMO POSSIBILIDADE DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA..... 31
3 METODOLOGIA..... 39
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA..... 39
3.2 PERCURSO METODOLÓGICO DA PESQUISA..... 40
3.3 PARTICIPANTES DA PESQUISA..... 41
3.3.1 Estudantes participantes da pesquisa..... 43
3.3.2 Psicólogos avaliadores..... 44
3.4 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS..... 44
3.5 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS..... 45
3.6 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DOS DADOS E DE REVISÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL..... 47
3.7 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA..... 50
4 PRODUTO EDUCACIONAL..... 51
4.1 APRESENTAÇÃO E FINALIDADE DO PRODUTO EDUCACIONAL..... 51
4.2 FUNDAMENTAÇÃO E PERTINÊNCIA DO PRODUTO PARA A EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA..... 53
4.3 ESTRUTURA, FUNCIONAMENTO E POSSIBILIDADES DE USO..... 55
5 ANÁLISE DOS DADOS: RESULTADOS E DISCUSSÃO..... 62
5.1 INVESTIGAÇÃO DIAGNÓSTICA: FATORES ESCOLARES ASSOCIADOS À ANSIEDADE NO ENSINO MÉDIO INTEGRADO..... 62

5.2 PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL..... 69
5.3 VALIDAÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL POR PSICÓLOGOS AVALIADORES.....70
5.4 VALIDAÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL COM ESTUDANTES..... 76
5.4.1 Caracterização dos estudantes participantes..... 76
5.4.2 Análise dos dados da validação aparente e semântica com estudantes.....78
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS..... 88
REFERÊNCIAS..... 91
APÊNDICE A – GUIA DO PRODUTO EDUCACIONAL.....103
APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DA INVESTIGAÇÃO DIAGNÓSTICA.....114
APÊNDICE C – INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DA CARTILHA PELOS PSICÓLOGOS AVALIADORES..... 117
APÊNDICE D – INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DA CARTILHA PELOS ESTUDANTES.....119
APÊNDICE E – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO..... 121
APÊNDICE F – QUADRO SÍNTESE DAS CONTRIBUIÇÕES DOS PSICÓLOGOS AVALIADORES E DAS DECISÕES ADOTADAS.....122
ANEXO A – PARECER DO CEP REFERENTE PRIMEIRA ETAPA DA PESQUISA..... 126
ANEXO B – PARECER DO CEP REFERENTE SEGUNDA ETAPA DA PESQUISA.... 132

APRESENTAÇÃO

Durante a adolescência, especialmente no período em que cursei Gestão do Agronegócio no Ensino Médio Integrado ao Técnico do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO) – *Campus* Palmas, a ansiedade tornou-se mais presente no meu cotidiano. A entrada nessa modalidade intensificou as demandas acadêmicas, sobretudo pela necessidade de conciliar a formação propedêutica com a formação técnica, a carga horária extensa e a pressão por desempenho. Esse processo foi ainda mais desafiador porque minha trajetória anterior, no Ensino Fundamental da rede de ensino pública, foi marcada por lacunas na formação básica, o que dificultou o acompanhamento de parte das exigências do Ensino Médio Integrado. Nesse contexto, embora fosse possível acessar suporte relacionado aos conteúdos escolares, as demandas emocionais vivenciadas pelos estudantes nem sempre encontravam espaços sistemáticos de acolhimento e discussão.

Anos depois, retornei a essa modalidade, desta vez como psicóloga escolar lotada no IFTO *Campus* Araguatins, onde a maior parte dos atendimentos envolve estudantes do Ensino Médio Integrado. Nessa atuação, observo que a ansiedade aparece de forma recorrente entre as demandas apresentadas pelos estudantes. Assim, uma experiência que marcou minha trajetória escolar passou também a atravessar minha prática profissional, agora como uma das queixas que recebo com maior frequência no acompanhamento aos discentes.

No acompanhamento de estudantes, percebo que a escola, muitas vezes, constitui um dos primeiros e poucos espaços em que adolescentes têm acesso a informações, acolhimento e discussões sobre saúde mental. Isso se torna ainda mais relevante quando esses temas se mostram tabus ou cercados de preconceitos em casa ou em outros ambientes que o jovem frequenta, o que pode dificultar o acesso ao suporte necessário. Nesses casos, a escola pode se tornar uma das principais possibilidades de escuta, orientação e apoio.

Essas experiências contribuíram para que eu compreendesse o ambiente escolar não apenas como espaço de aprendizagem acadêmica, mas também como um contexto que participa do desenvolvimento mais amplo dos estudantes. Ao mesmo tempo em que determinadas exigências escolares podem intensificar sofrimentos e repercutir no desempenho acadêmico, a escola também pode se

constituir como espaço de acolhimento, escuta, orientação e construção de estratégias de apoio às demandas emocionais vivenciadas pelos estudantes.

Diante desse percurso, esta pesquisa nasce do encontro entre minha trajetória pessoal, acadêmica e profissional na Educação Profissional e Tecnológica. Fui estudante do Ensino Médio Integrado no IFTO, retornei à instituição anos depois como psicóloga escolar e, a partir do meu ingresso no Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT), encontrei a possibilidade de transformar essa trajetória em investigação aplicada. Inicialmente, escolhi a ansiedade no contexto escolar como tema de estudo, o que deu origem à investigação diagnóstica que estruturou esta pesquisa e subsidiou a elaboração do Produto Educacional.

1 INTRODUÇÃO

A educação brasileira, em seus marcos legais, orienta-se pela defesa de uma formação humana integral, voltada ao desenvolvimento amplo dos sujeitos e não restrita à preparação imediata para o mercado de trabalho (Brasil, 1996; Ciavatta, 2005). Nessa perspectiva, a formação ultrapassa finalidades estritamente técnicas e passa a requerer uma compreensão crítica da realidade, voltada ao desenvolvimento de sujeitos capazes de compreender as múltiplas relações e fenômenos sociais (Ciavatta, 2005). Trata-se, portanto, de uma concepção educativa comprometida com uma formação ampla, interligada e atenta às diferentes dimensões do desenvolvimento humano (Brasil, 1996).

No âmbito da Educação Profissional e Tecnológica (EPT), esse horizonte assume contornos específicos, uma vez que essa modalidade busca articular formação geral e formação profissional, integrando teoria e prática no processo educativo (Castro; Duarte Neto, 2021). No Ensino Médio Integrado (EMI), essa proposta se vincula à relação entre trabalho, educação e emancipação humana, dialogando com a concepção de ensino politécnico (Silva, 2021).

Entretanto, embora o EMI tenha como objetivo proporcionar uma formação humana integral, sua organização também pode impor desafios significativos aos estudantes. Em razão da carga horária extensa, do volume de atividades e das incertezas relacionadas ao futuro acadêmico e profissional, intensificam-se as demandas vivenciadas por esse público, o que pode repercutir no bem-estar e estar associado à elevação dos níveis de ansiedade, especialmente no contexto das escolhas acadêmicas e profissionais (Pacheco; Nonenmacher; Cambraia, 2020; Cunha; Martins, 2022). Tal questão merece atenção, uma vez que estudos têm identificado níveis relevantes de ansiedade entre estudantes do Ensino Médio (Oliveira; Boruchovitch, 2021), inclusive no contexto do Ensino Médio Integrado (Borges; Nakamura; Andaki, 2023). Considerando que os transtornos mentais frequentemente se manifestam nesse período do desenvolvimento, o ambiente escolar assume papel relevante no desenvolvimento integral dos estudantes (Cunha; Martins, 2022). Desse modo, evidencia-se a importância de que a escola assuma papel ativo não apenas na formação acadêmica, mas também na promoção da

saúde mental, por meio de práticas educativas voltadas à minimização de fatores de risco (Andrade; Pires, 2020; Cunha; Martins, 2022; Ribeiro; Costa; Costa, 2024).

Com base nessa problemática, tornou-se necessário compreender como a ansiedade era percebida em sua relação com diferentes situações escolares no contexto investigado. No caso desta pesquisa, interessava identificar quais fatores escolares eram percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO) – *Campus* Palmas, considerando que a identificação desses fatores poderia subsidiar práticas educativas e estratégias de apoio mais coerentes com a realidade vivenciada pelos estudantes.

Diante desse cenário, esta dissertação orienta-se pela seguinte questão de pesquisa: quais são os principais fatores escolares percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas e de que modo a compreensão desses fatores pode orientar a elaboração de um Produto Educacional de apoio à reflexão sobre o futuro acadêmico e profissional?

Em consonância com essa questão, esta dissertação tem como objetivo geral identificar os principais fatores escolares percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas e, a partir da compreensão desses fatores, desenvolver e validar um Produto Educacional de apoio à reflexão sobre o futuro acadêmico e profissional.

Para alcançar esse objetivo, foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: (1) identificar os principais fatores escolares percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas; (2) analisar os dados da investigação diagnóstica, a fim de delimitar a demanda a ser contemplada pelo Produto Educacional; (3) elaborar um Produto Educacional coerente com a demanda delimitada na investigação diagnóstica, alinhado aos princípios da formação humana integral e fundamentado na literatura pertinente; (4) submeter o Produto Educacional a um processo de validação; e (5) ajustar e consolidar a versão final do Produto Educacional com base nas contribuições obtidas nas etapas de validação.

Para responder à questão proposta, a pesquisa foi organizada em etapas articuladas. Inicialmente, realizou-se uma investigação diagnóstica com 104

estudantes do segundo ano do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas, com a finalidade de mapear situações escolares percebidas como associadas à ansiedade nesse público. Essa etapa utilizou um questionário semiestruturado, composto por nove questões fechadas em escala ordinal de frequência e uma questão aberta, permitindo articular dados quantitativos e qualitativos sobre situações escolares relacionadas à ansiedade.

Os resultados da investigação diagnóstica indicaram que o futuro acadêmico e profissional foi o fator mais frequentemente associado à ansiedade entre os participantes. A partir desse achado, a orientação profissional foi definida como eixo do Produto Educacional, o que resultou na elaboração de uma cartilha interativa, em formato de site, voltada a favorecer reflexões sobre escolhas acadêmicas e profissionais, trajetórias formativas, mundo do trabalho e projetos de vida. Desse modo, a orientação profissional foi adotada como eixo educativo com potencial para contribuir diante da ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional, embora a pesquisa não tenha mensurado diretamente seus efeitos sobre os níveis de ansiedade. Tal direcionamento dialoga, inicialmente, com estudos que apontam que a escolha profissional, as incertezas quanto ao futuro acadêmico e profissional e as pressões associadas a esse processo podem constituir fontes de ansiedade e sofrimento psíquico na adolescência (Verma; Verma; Kumar, 2021; Rocha *et al.*, 2022; Veras, 2024; Zambelli *et al.*, 2025). Além disso, aproxima-se da literatura que compreende a orientação profissional como estratégia educativa de apoio à reflexão sobre escolhas, projetos de vida e trajetórias formativas, especialmente diante da ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional (Jesus; Mello; Avelar, 2020; Dalanhol; Schlösser, 2021; Ribeiro *et al.*, 2024).

Nesta dissertação, adota-se a orientação profissional de base sócio-histórica, compreendida como um conjunto de intervenções voltadas à apropriação dos determinantes da escolha. Nessa perspectiva, reconhece-se a capacidade do sujeito de refletir criticamente sobre sua realidade e nela intervir (Bock, 2001, 2013). Tal compreensão dialoga com os fundamentos da formação humana integral, ao enfatizar a autonomia dos sujeitos e a compreensão das escolhas acadêmicas e profissionais como processos atravessados por dimensões sociais, históricas, culturais e econômicas (Ciavatta, 2005; Moura; Lima Filho; Silva, 2015). No contexto do Ensino Médio Integrado, essa perspectiva também evidencia que a formação

técnica não encerra as escolhas dos estudantes, que continuam construindo trajetórias acadêmicas, profissionais e projetos de vida.

Este trabalho insere-se, portanto, na Linha de Pesquisa 1 – Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica, do Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT). Conforme o regulamento do Instituto Federal do Espírito Santo (2023), essa linha contempla estudos voltados às bases das práticas educativas e do desenvolvimento curricular na EPT, com ênfase em estratégias transversais e interdisciplinares que favoreçam a formação integral dos estudantes, tendo o trabalho como princípio educativo e a pesquisa como princípio pedagógico. Nessa direção, a presente investigação aproxima-se dessa linha ao focalizar uma demanda concreta do contexto escolar do Ensino Médio Integrado e ao propor a elaboração e validação de um Produto Educacional fundamentado na abordagem sócio-histórica.

No Tocantins, estimou-se uma prevalência de transtornos de ansiedade de 202,52 por 100 mil habitantes em 2024 (Mendes *et al.*, 2025), dado que reforça a necessidade de atenção à saúde mental na região. Tal cenário, juntamente com as particularidades do EMI, torna pertinente o desenvolvimento de estratégias voltadas a esse contexto, especialmente no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins (IFTO) – *Campus* Palmas, campo empírico desta investigação e contexto institucional ao qual se vincula o Produto Educacional. Ao propor e validar esse recurso, este estudo busca oferecer um material contextualizado, com potencial para ampliar as possibilidades de reflexão dos estudantes sobre suas escolhas acadêmicas e profissionais. Desse modo, a pesquisa pretende contribuir tanto para o aprofundamento das discussões sobre orientação profissional e ansiedade no âmbito da Educação Profissional e Tecnológica quanto para a disponibilização de um material de uso prático no cotidiano escolar, voltado ao apoio educativo diante da ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional.

Para alcançar o objetivo proposto, a pesquisa caracteriza-se como aplicada e de abordagem mista, compreendendo uma etapa de investigação de campo e uma etapa de caráter metodológico, envolvendo investigação diagnóstica, revisão da literatura, elaboração do Produto Educacional e validação com psicólogos avaliadores e público-alvo. No percurso da pesquisa, o produto foi consolidado como

um recurso digital de orientação profissional, destinado a possibilitar o uso autônomo por estudantes do Ensino Médio Integrado, bem como sua utilização em práticas educativas mediadas. Assim, esta dissertação organiza-se de modo a apresentar, nos capítulos seguintes, a fundamentação teórica que sustenta a investigação, o percurso metodológico adotado, a caracterização do Produto Educacional elaborado e, na sequência, os resultados e a discussão dos dados da investigação diagnóstica e do processo de desenvolvimento e validação do produto.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A presente fundamentação teórica tem como objetivo oferecer sustentação conceitual à pesquisa e à elaboração do produto educacional, articulando os principais eixos relacionados ao problema investigado. Inicialmente, discute-se o Ensino Médio Integrado, sua relação com a formação humana integral e as demandas de saúde mental que atravessam essa modalidade de ensino. Em seguida, abordam-se as inquietações relacionadas ao futuro acadêmico e profissional como dimensão associada à ansiedade na adolescência, especialmente no contexto escolar. Por fim, analisa-se a orientação profissional como uma possibilidade de intervenção educativa, destacando-se a abordagem sócio-histórica como referencial para a construção de práticas mais críticas, contextualizadas e não prescritivas.

2.1 ENSINO MÉDIO INTEGRADO: FORMAÇÃO HUMANA INTEGRAL E AS DEMANDAS DE SAÚDE MENTAL

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, estabelece, em seu artigo 2º, que a educação é dever da família e do Estado, inspirada nos princípios de liberdade e nos ideais de solidariedade humana. Define, ainda, como finalidade da educação o pleno desenvolvimento do educando, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho. Nessa direção, a formação humana integral pode ser compreendida como uma concepção educativa que ultrapassa a preparação imediata para o mercado de trabalho e considera as múltiplas dimensões da formação dos sujeitos (Brasil, 1996).

A formação humana integral propõe uma educação ampla, voltada à interpretação crítica da realidade, com o objetivo de superar a fragmentação imposta pela divisão social do trabalho. Essa concepção amplia o entendimento de formação, indo além do enfoque meramente técnico ou operacional, ao buscar desenvolver sujeitos íntegros, capazes de compreender as múltiplas relações e fenômenos sociais. Trata-se, portanto, de romper com a separação entre o trabalho manual e o intelectual, unificando o fazer e o pensar, o executar e o planejar

(Ciavatta, 2005). Nessa direção, Marx (1985) compreende o trabalho como uma condição fundamental da existência humana, inseparável da constituição do sujeito e essencial à sua sobrevivência, por se tratar de uma atividade voltada à produção do que é socialmente útil e à satisfação de necessidades concretas.

À luz desses fundamentos, o Ensino Médio Integrado (EMI) se configura como uma proposta educacional que busca articular o trabalho como base da educação aos diferentes elementos do currículo, conferindo centralidade à pesquisa e à relação entre ensino, pesquisa e extensão. Trata-se de uma modalidade de ensino que procura integrar a formação propedêutica, voltada às disciplinas acadêmicas, e a formação profissional, estabelecendo uma relação entre teoria e prática no processo educativo (Castro; Duarte Neto, 2021).

Os princípios do EMI que permeiam a formação estudantil estão vinculados à articulação entre trabalho, educação e emancipação humana, objetivando a completa realização do sujeito na coletividade. Essa abordagem se insere na visão do ensino politécnico, que enfatiza a necessidade de domínio de conhecimentos tanto científicos quanto tecnológicos e visa superar a separação histórica entre o ensino propedêutico e o técnico (Silva, 2021).

A proposta educacional fundamentada na relação com o mundo do trabalho adota uma perspectiva integral sobre os sujeitos, considerando sua inserção nas relações sociais e históricas que os constituem e reconhecendo o trabalho como dimensão constitutiva da vida social e da própria formação humana (Antunes, 2025).

Para Saviani (2007), ao longo da história, os modos de produção influenciaram as práticas educativas, levando-as a responder aos interesses das classes dominantes. Na mesma direção, Ferreira (2018) esclarece que, desde o período colonial, a educação no Brasil foi estruturada de modo a atender prioritariamente aos interesses das elites dominantes. Como resultado, as camadas populares foram sistematicamente afastadas do acesso ao conhecimento capaz de promover sua ascensão social. Essa dinâmica reforçou uma separação profunda entre o trabalho manual e o intelectual.

Ao refletir sobre esse percurso e sobre a tendência atual de reduzir a educação à preparação para o mercado de trabalho, Saviani (2007) enfatiza a importância de uma formação politécnica que associe conhecimentos teóricos e capacidades práticas. Para o autor, é fundamental que a educação vá além da mera

transmissão de conteúdos, abrangendo habilidades criativas e práticas que favoreçam a emancipação dos sujeitos.

No Brasil, o Ensino Médio Integrado também emerge como uma possibilidade de ensino-aprendizagem para os jovens que são obrigados a trabalhar desde cedo devido à pobreza, por permitir equilibrar o imperativo de uma ocupação com a formação intelectual, física e técnica, contribuindo para a construção de uma sociedade menos injusta e desigual (Moura; Lima Filho; Silva, 2015).

Ao considerar as múltiplas dimensões da formação dos estudantes, torna-se necessário observar também as demandas relacionadas à saúde mental. Considerando que os transtornos mentais geralmente surgem durante o período da adolescência, o ambiente escolar exerce influência expressiva no desenvolvimento integral dos estudantes (Grolli; Wagner; Dalbosco, 2017; Martins; Cunha, 2021). Entre os estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico, as demandas acadêmicas, somadas à formação técnica, podem elevar os níveis de ansiedade (Cunha; Martins, 2022).

Embora essa modalidade tenha como objetivo proporcionar uma formação humana integral, sua estrutura também impõe desafios consideráveis aos estudantes, tornando sua trajetória acadêmica ainda mais desafiadora (Cunha; Martins, 2022; Pacheco; Nonenmacher; Cambraia, 2020). A combinação entre as exigências da formação propedêutica e da formação técnica resulta em uma carga acadêmica intensificada e em múltiplas responsabilidades, demandando elevados níveis de adaptação (Colunga-Rodríguez *et al.*, 2021). Entre esses desafios, Pacheco, Nonenmacher e Cambraia (2020) destacam a intensa carga de estudos, as incertezas quanto ao futuro profissional e outras fontes de tensão, fatores que podem colocar os estudantes em situação de vulnerabilidade e prejudicar seu bem-estar biopsicossocial. Nesse contexto, torna-se importante que o planejamento pedagógico considere a saúde mental dos estudantes como elemento articulado ao processo de ensino-aprendizagem, especialmente diante da carga horária ampliada, do volume de atividades e das exigências próprias do Ensino Médio Integrado (Cunha; Martins, 2022; Santos; Azevedo; Lima, 2023).

No cotidiano escolar, as avaliações de desempenho também aparecem como situações potencialmente ansiogênicas. De modo geral, avaliações imprevistas e outras formas avaliativas podem ocasionar níveis elevados de estresse, gerar ou

intensificar a ansiedade e prejudicar o desempenho acadêmico dos estudantes (Gonzaga; Silva; Enumo, 2016; Silva *et al.*, 2023; Verma; Verma; Kumar, 2021). A ansiedade associada às provas pode manifestar-se antes, durante ou depois das avaliações, envolvendo aspectos físicos, comportamentais e cognitivos, e costuma estar relacionada à falta de preparo, à baixa autoestima, a experiências escolares negativas ou à percepção desfavorável do ambiente escolar. Esses fatores podem se sobrepor, intensificando a ansiedade (Bausela Herreras, 2005). Em muitos casos, essa ansiedade atinge tal intensidade que os estudantes acabam não conseguindo realizar as provas (Andrade; Pires, 2020).

As atividades de exposição oral, como seminários e apresentações em público, também podem constituir situações associadas à ansiedade no contexto escolar. Exposições orais podem funcionar como elementos desencadeadores de estados ansiosos (Andrade; Pires, 2020). Embora os seminários sejam práticas frequentes nas escolas (Capellato; Ribeiro; Sachs, 2019), muitos estudantes ainda apresentam dificuldades significativas em sua realização (Pontes; Luz, 2024). Além disso, Marinho *et al.* (2019) indicam que sujeitos que se percebem como comunicadores mais habilidosos e persuasivos têm menos probabilidade de sofrer com o medo de falar em público**.**

Outro aspecto relevante refere-se à relação entre ansiedade, aprendizagem e desempenho acadêmico. Colunga-Rodríguez *et al.* (2021) apontam associação entre ansiedade e desempenho acadêmico, indicando que esse fenômeno pode interferir no processo de aprendizagem dos estudantes. Segundo Kalil, Tinoco e Gomes (2026), questões de saúde mental, como a ansiedade, estão diretamente ligadas a aspectos cognitivos, podendo causar lapsos de memória, dificuldade para manter a atenção, pensamentos negativos recorrentes, entre outros. De modo complementar, Vital *et al.* (2024) afirmam que estudantes com níveis elevados de ansiedade tendem a apresentar maior dificuldade para aprender, menor interesse pelas atividades escolares e, muitas vezes, baixo desempenho. Essa combinação de fatores pode levar a resultados acadêmicos insatisfatórios, repetência, desmotivação e, em casos mais graves, ao abandono ou à evasão escolar. Assim, as dificuldades na assimilação dos conteúdos podem intensificar estados ansiosos e também ser agravadas por eles, produzindo um ciclo que fragiliza a trajetória acadêmica do estudante.

As relações interpessoais no ambiente escolar também devem ser consideradas. No que se refere à relação docente-discente, a condução das aulas, a interação entre professores e estudantes e o respeito à diversidade são fatores que podem interferir no bem-estar psicológico dos jovens (Almeida; Silva, 2024). Santos e Gondim (2021) defendem a necessidade de propostas de promoção e prevenção em saúde no ambiente escolar que considerem o vínculo entre docentes e discentes, bem como o cuidado com a saúde mental de ambos. Nessa direção, Ribeiro (2022) destaca que a escuta ativa, o afeto e as práticas pedagógicas inovadoras podem contribuir para relações mais saudáveis no espaço escolar.

No que se refere às relações entre colegas, situações de bullying e conflitos interpessoais também devem ser consideradas no contexto escolar. No estudo desenvolvido por Pacheco, Nonenmacher e Cambraia (2020), observou-se que parte significativa das dificuldades de convivência entre alunos pode estar relacionada a experiências de bullying. Entre os participantes que relataram problemas de interação durante o período escolar, 43% afirmaram ter vivenciado episódios desse tipo de violência. Diante disso, destaca-se a importância de inserir debates sobre ética no ambiente escolar como forma de reduzir conflitos e desencorajar comportamentos agressivos.

Embora essas diferentes situações escolares possam repercutir no bem-estar dos estudantes, o sofrimento mental é multifatorial. Desse modo, não é possível atribuir exclusivamente ao ambiente escolar a responsabilidade pelos fatores associados à ansiedade, uma vez que estes estão interligados a aspectos pessoais, familiares, socioeconômicos e culturais. Por isso, reforça-se a necessidade de uma abordagem ampla e integrada para seu enfrentamento (Pacheco; Nonenmacher; Cambraia, 2020).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2025b), mais de um bilhão de pessoas vivem com algum transtorno mental no mundo, evidenciando a elevada prevalência dessas condições. Em 2021, esse contingente correspondia a aproximadamente 14% da população mundial, sendo os transtornos de ansiedade e os transtornos depressivos os mais frequentes, responsáveis, em conjunto, por mais de dois terços do total de transtornos mentais registrados.

No contexto brasileiro, estudo recente realizado com estudantes do Sul do país identificou que 34,3% dos participantes apresentavam sintomas moderados ou

graves de ansiedade, reforçando a magnitude do problema entre discentes (Häfele *et al.*, 2024). Especificamente no Ensino Médio Integrado, Borges, Nakamura e Andaki (2023) identificaram, durante a pandemia da COVID-19, elevada prevalência de sintomas de ansiedade entre adolescentes, especialmente entre as meninas.

Diante da presença expressiva dessas demandas entre adolescentes e estudantes do EMI, a escola constitui um espaço relevante de formação, acolhimento e orientação. Nesse contexto, o estudante tem a oportunidade de desenvolver tanto suas capacidades cognitivas e afetivas quanto suas habilidades sociais. Mais do que transmitir conteúdos teóricos, sua função também envolve preparar o aluno para o mundo do trabalho, promovendo uma formação que o capacite de forma consistente para sua inserção profissional (Lisboa; Soares, 2018). Nessa direção, a escola precisa assumir uma postura ativa no apoio aos estudantes e no desenvolvimento de seus projetos de vida, oferecendo condições de acolhimento e orientação compatíveis com as demandas que atravessam sua experiência escolar (Andrade; Pires, 2020; Ribeiro; Costa; Costa, 2024).

Essa discussão permite situar também o uso de tecnologias digitais no contexto escolar, não como recurso neutro ou substitutivo das ações presenciais de acolhimento e orientação, mas como uma possibilidade de mediação educativa que exige intencionalidade pedagógica. Pesquisas indicam que o uso frequente de smartphones em determinados momentos do dia pode estar associado a prejuízos no rendimento acadêmico, mesmo na ausência de um quadro clínico de dependência (Domoff; Foley; Ferkel, 2020; Gerosa; Gui; Büchi, 2022).

A Lei nº 15.100/2025 restringe o uso de dispositivos eletrônicos portáteis por estudantes, mas ressalva sua utilização com fins pedagógicos ou didáticos (Brasil, 2025). Assim, entende-se que a proposta dessa lei não é banir completamente o uso da tecnologia, mas incentivar uma utilização mais consciente e adequada ao contexto educacional.

Dessa maneira, os recursos digitais podem constituir estratégias de apoio às ações educativas voltadas às demandas de saúde mental no ambiente escolar. Chen *et al.* (2024) indicam que tecnologias digitais têm sido utilizadas como ferramentas de suporte à saúde mental de crianças e adolescentes, especialmente em contextos escolares. Fernández-Batanero *et al.* (2025), por sua vez, destacam que intervenções digitais voltadas ao público infantojuvenil apresentam potencial

para contribuir com ações de apoio e cuidado relacionadas à saúde mental, desde que sejam desenvolvidas, implementadas e avaliadas de forma rigorosa e contextualizada. Assim, embora não substituam ações presenciais de acolhimento e acompanhamento, esses recursos podem ampliar as possibilidades de acesso, reflexão e apoio educativo no contexto escolar.

Além disso, embora a ansiedade seja um tema de grande relevância, a maioria dos estudos acadêmicos ainda se concentra no ensino superior, o que evidencia uma lacuna quanto aos desafios vivenciados no Ensino Médio Integrado ao Técnico (Rocha *et al.*, 2022). Essa lacuna reforça a necessidade de aprofundar investigações e propostas educativas voltadas a essa modalidade, considerando suas especificidades formativas e as demandas emocionais que atravessam a experiência dos estudantes.

2.2 O FUTURO ACADÊMICO E PROFISSIONAL COMO FATOR ASSOCIADO À ANSIEDADE ENTRE ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

A ansiedade é uma emoção inerente ao ser humano, caracterizada pela elevação da atividade nervosa, que pode se manifestar por meio de sinais físicos, como tensão muscular, aceleração dos batimentos cardíacos, respiração ofegante e tremores, associados a sentimentos de preocupação ou semelhantes (Suzigan *et al.*, 2024). Em níveis adequados, pode desempenhar função adaptativa diante de situações desconhecidas ou percebidas como ameaçadoras; entretanto, quando se manifesta de forma intensa, persistente ou desproporcional, pode comprometer a qualidade de vida e configurar um quadro disfuncional (American Psychiatric Association, 2023; Rodrigues; Nascimento, 2021).

Conforme o *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais* (DSM-5-TR), da American Psychiatric Association (APA), os transtornos de ansiedade são organizados em categorias distintas, conforme os tipos de objetos ou situações que desencadeiam medo, ansiedade ou comportamentos de evitação, além das cognições relacionadas. Essa delimitação permite diferenciar a ansiedade como resposta adaptativa de manifestações intensas ou persistentes, capazes de produzir prejuízos significativos no cotidiano dos indivíduos (American Psychiatric Association, 2023).

A partir dessa delimitação conceitual, torna-se necessário situar a ansiedade no período da adolescência. Essa etapa, que abrange a faixa etária dos 10 aos 19 anos, representa um período singular do desenvolvimento humano, marcado por transformações físicas, emocionais e sociais, bem como por adaptações a novas experiências e realidades. Quando vivenciadas em contextos marcados por fatores como pobreza, abusos ou situações de violência, essas transformações podem tornar os adolescentes mais vulneráveis a problemas de saúde mental, entre os quais se destacam os transtornos de ansiedade (Batista; Oliveira, 2005; Organização Mundial da Saúde, 2025a). Nesse período, as preocupações com identidade, projeto de vida, continuidade dos estudos e inserção no mundo do trabalho podem tornar o futuro acadêmico e profissional uma dimensão especialmente sensível da experiência adolescente.

Rodrigues e Nascimento (2021) apontam que o imediatismo e as distrações, como as redes sociais, podem exercer pressão sobre os indivíduos, gerando demandas excessivas que resultam em frustração e ansiedade. Essa discussão se aproxima do que afirmam Rocha *et al.* (2022), ao destacarem que, entre os jovens, a pressão psicológica, o excesso de atividades escolares, a insatisfação pessoal, a dificuldade de consolidação da identidade, a influência familiar sobre a escolha profissional e a incerteza em relação ao futuro podem aumentar a suscetibilidade à ansiedade.

Uma vez que a ansiedade pode impactar os processos de tomada de decisão dos adolescentes, suas ações e sua qualidade de vida, torna-se imprescindível debater e investigar esse fenômeno entre adolescentes (Souza, 2020). Complementarmente, Grolli, Wagner e Dalbosco (2017) destacam a importância de compreender os fatores que influenciam o adoecimento dos estudantes para desenvolver estratégias de intervenção que possam ajudá-los a ingressar na vida adulta de forma mais saudável.

Entre os diversos fatores que podem contribuir para o adoecimento psíquico nessa etapa do desenvolvimento, a literatura tem destacado a escolha profissional como uma das fontes de ansiedade recorrentes entre estudantes do Ensino Médio Integrado (Rocha *et al.*, 2022; Verma; Verma; Kumar, 2021; Zambelli *et al.*, 2025). De maneira geral, é durante a juventude que surgem os primeiros questionamentos sobre identidade e propósito, momento em que o jovem começa a refletir sobre sua

futura profissão e os caminhos que deseja seguir em seu projeto de vida (Veriguine; Basso; Soares, 2014).

Nesse processo, a escolha profissional não se limita à definição de uma ocupação, pois envolve valores, expectativas e projetos relacionados ao futuro. Pesquisa realizada com adolescentes de uma instituição federal por Costa *et al.* (2025) revelou que essa decisão geralmente está relacionada a valores pessoais, tais como o desejo de ajudar o próximo, contribuir com a sociedade ou seguir uma área que o estudante acredita corresponder a uma inclinação pessoal. Para além da busca por estabilidade financeira, os jovens também buscam satisfação pessoal em suas futuras profissões. O estudo também identificou preocupações relacionadas à competitividade do mercado de trabalho e à necessidade contínua de aprimoramento após a graduação, seja por meio de cursos de especialização ou da realização de concursos públicos. Além disso, a entrada na universidade aparece como um objetivo primordial, conferindo ao vestibular uma importância simbólica significativa. Nesse contexto, a motivação para cursar o ensino superior vai além da obtenção de um diploma, envolvendo também objetivos como conquistar independência financeira, realizar sonhos pessoais e atender às expectativas familiares.

Entretanto, apesar da valorização do ensino superior como via para a realização pessoal e profissional, os dados nacionais indicam obstáculos significativos para os jovens brasileiros nesse percurso. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2024, apenas 27,1% dos jovens brasileiros de 18 a 24 anos estavam cursando o ensino superior, etapa considerada adequada para essa faixa etária (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2025a). Esse percentual encontra-se abaixo do objetivo estipulado pela Meta 12 do Plano Nacional de Educação (PNE), que previa elevar para 33% a taxa líquida de frequência escolar no ensino superior entre jovens dessa idade até 2024 (Brasil, 2014).

Além das dificuldades relacionadas ao acesso ao ensino superior, os jovens brasileiros também enfrentam um cenário desafiador no mercado de trabalho. No primeiro trimestre de 2025, a taxa de desocupação entre jovens de 18 a 24 anos alcançou 14,9%. Esse índice supera em mais de duas vezes a média nacional, que,

no mesmo período, foi de 7,0% (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2025b).

Esses dados evidenciam que as escolhas acadêmicas e profissionais são realizadas em um contexto marcado por desigualdades e incertezas. Para Frigotto (2009), a escassez de jovens devidamente qualificados, a presença de jovens que buscam simultaneamente oportunidades de trabalho e meios de qualificação profissional, bem como o contingente de jovens escolarizados que ingressam anualmente na disputa por trabalho, expressam as contradições de uma sociedade em que a miséria, o trabalho informal, o analfabetismo e a baixa escolaridade não são exceções, mas elementos constitutivos de sua própria estrutura.

Fávero, Oliveira e Faria (2022) discutem que as oportunidades educacionais são desiguais entre os estudantes, especialmente na rede pública, onde, apesar do empenho, muitos enfrentam limitações impostas por suas condições de vida. Segundo os autores, ainda assim, a ideia de meritocracia continua sendo associada ao desempenho individual. São frequentemente destacados exemplos de pessoas que alcançaram sucesso profissional ou ascensão financeira com base no chamado mérito próprio. Com isso, o êxito dos que tiveram acesso a uma educação de qualidade passa a ser encarado como padrão, mesmo que os estudantes que enfrentam um ensino precário e ainda assim conseguem se destacar sejam exceções. Nessa perspectiva, a meritocracia ganha espaço em diferentes discursos sociais e passa a ser tratada como critério legítimo de justiça, ainda que desconsidere fatores estruturais que mantêm e intensificam as desigualdades (Fávero; Oliveira; Faria, 2022).

Com base nessa discussão, o sofrimento e a angústia vivenciados pelos jovens diante das decisões sobre o futuro acadêmico e profissional podem ser erroneamente interpretados como falhas pessoais, em vez de serem compreendidos também em sua relação com as desigualdades estruturais (Fávero; Oliveira; Faria, 2022).

Conforme esclarecem Rosseto *et al.* (2022), a decisão sobre qual trajetória acadêmica ou profissional seguir é influenciada por uma série de fatores, entre eles as relações sociais, os valores culturais do ambiente em que o jovem está inserido, sua realidade socioeconômica, as dinâmicas do mercado de trabalho, incluindo a

oferta e a procura por determinadas profissões, a remuneração e o grau de confiança na própria capacidade.

Rossi e Favretto (2022) acrescentam que escolher uma profissão não envolve apenas decidir o que fazer profissionalmente, mas também lidar com questões mais profundas relacionadas ao futuro que essa decisão pode proporcionar, tornando esse processo ainda mais desafiador. Ao idealizar o que deseja se tornar, os benefícios que imagina obter, os obstáculos que surgirão e o estilo de vida que deseja ter, o sujeito pode sofrer um verdadeiro conflito existencial.

Segundo Veras (2024), a pressão pela definição da carreira, vivenciada por adolescentes de distintas classes sociais, manifesta-se em um momento particularmente turbulento da vida: a adolescência. A incerteza relacionada ao futuro profissional provoca desgaste emocional, contribuindo para o surgimento ou agravamento da ansiedade entre os jovens. À medida que se aproxima o momento da escolha profissional, é comum que o estudante se confronte com uma série de questionamentos sobre si mesmo: quem é, o que deseja e o que não deseja para seu futuro. Esse processo, embora necessário, pode desencadear sentimentos de insegurança e comportamentos ansiosos. A autora destaca, ainda, que esse processo decisório é influenciado por diversos fatores, que vão desde características pessoais até convicções políticas e religiosas, valores, crenças, condições socioeconômicas do país, além da influência da família e dos pares.

Diante desse cenário, torna-se pertinente considerar estratégias que auxiliem os adolescentes na reflexão sobre suas escolhas acadêmicas e profissionais e sobre seus projetos de vida. Entre essas possibilidades, a literatura tem apontado a orientação profissional como uma estratégia de apoio diante da ansiedade relacionada ao futuro profissional (Dalanhol; Schlösser, 2021; Jesus; Mello; Avelar, 2020; Ribeiro *et al.*, 2024; Veras, 2024), especialmente quando compreendida como uma prática educativa voltada à reflexão crítica sobre as escolhas, os projetos de vida e as condições sociais que atravessam as trajetórias juvenis.

2.3 A ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL COMO POSSIBILIDADE DE INTERVENÇÃO EDUCATIVA

A Orientação Profissional (OP) constitui um processo de intervenção com o objetivo de auxiliar a pessoa a fazer escolhas conscientes e autônomas quanto à definição de sua identidade profissional (Melo-Silva; Jacquemin, 2001). Também pode ser compreendida como um conjunto de atividades que apoia os sujeitos na tomada de decisões relacionadas ao trabalho e/ou aos estudos, por meio de estratégias reconhecidas e consolidadas. Além disso, pode contribuir para a mudança de um ciclo educativo para outro, para a transição entre os estudos e o ambiente de trabalho, para a mudança de profissão ou emprego e para a preparação e adaptação à aposentadoria. No contexto escolar, essa compreensão permite situar a OP como uma prática educativa relevante para a transição entre a escola e o mundo do trabalho (Machado; Oliveira, 2019; Melo-Silva; Lassance; Soares, 2004).

Segundo Bock (2013), a história da orientação profissional está intrinsecamente ligada às transformações nas maneiras como o trabalho é estruturado. O conceito de escolha profissional, da forma como se entende hoje, não é uma necessidade natural da vida humana, mas sim uma construção social, moldada em um período histórico específico. Em sociedades antigas, como as tribais, a Grécia Antiga ou o regime feudal da Idade Média, a profissão de uma pessoa era determinada por seu nascimento, sexo ou posição na sociedade, sem espaço para uma escolha individual. Nesses cenários, o trabalho visava principalmente à subsistência ou à manutenção da ordem social estabelecida.

A noção de escolha profissional só ganha relevância a partir da consolidação do sistema capitalista, em que o trabalhador, destituído dos meios de produção, tem a liberdade de vender sua força de trabalho. Com a Revolução Industrial e o avanço da divisão técnica do trabalho, a escolha profissional torna-se mais relevante, e a noção de vocação deixa de ser entendida como um chamado divino e passa a ser vista como uma capacidade inata, demandando a alocação dos indivíduos de acordo com suas aptidões, contexto em que a OP adquire maior importância (Bock, 2013).

Com o avanço das sociedades industriais, surgiram diferentes concepções sobre a OP. As abordagens clássicas, influenciadas por uma perspectiva liberal, recorrem amplamente a ferramentas como entrevistas e testes psicométricos, buscando compatibilizar o perfil individual às exigências do mercado, negligenciando frequentemente os condicionantes sociais, culturais e econômicos que impactam

esse processo. Em contraponto, as teorias críticas questionam essa lógica, defendendo que a ideia de liberdade de escolha é ilusória, uma vez que os sujeitos se veem atravessados por estruturas sociais que perpetuam desigualdades e limitam significativamente sua capacidade de decisão autônoma (Bock, 2013).

Em contraste com as abordagens tradicionais e críticas, a concepção sócio-histórica delineada por Bock (2013) compreende o sujeito como parte de um contexto social específico, mas não o reduz a um simples reflexo das condições objetivas que o cercam. Essa visão reconhece a capacidade do indivíduo de refletir criticamente sobre sua realidade, o que lhe confere a possibilidade de intervir nela. Dessa forma, a abordagem sócio-histórica busca superar tanto a ênfase exclusivamente estrutural das teorias críticas quanto o viés individualista das abordagens liberais, ao propor uma articulação dialética entre sujeito e sociedade no processo de orientação profissional.

Nessa perspectiva, a orientação profissional, em uma abordagem sócio-histórica, é entendida como um conjunto de intervenções voltadas à apropriação dos determinantes da escolha. São esses determinantes que possibilitam compreender os fatores que influenciam as decisões e viabilizam a construção de projetos de vida e de carreira. Essa visão não idealiza a liberdade individual como fazem as abordagens liberais, tampouco acredita que a vontade pessoal, isoladamente, seja suficiente para superar todos os obstáculos. No entanto, defende que, por meio da ação, tanto individual quanto coletiva, é possível transformar, ainda que parcialmente, a realidade vivida (Bock, 2001).

Ainda em uma perspectiva sócio-histórica, pode-se dizer que a OP dialoga com os fundamentos da formação humana integral, ao enfatizar a autonomia do sujeito (Ciavatta, 2005; Moura; Lima Filho; Silva, 2015). Ao desenvolver sua capacidade crítica no processo de decisão profissional, o sujeito tende a expandir essa habilidade para outras dimensões da vida, fortalecendo sua autonomia e seu senso crítico nas diversas escolhas que enfrentará ao longo de sua trajetória (Ferreira; Azevedo, 2020).

Nessa concepção, entende-se que a escolha profissional é influenciada diretamente pelo contexto social, revelando que o sujeito é resultado de múltiplas determinações. A abordagem também rejeita visões liberais que associam o sucesso à "escolha certa" e o fracasso à "escolha errada", recusando qualquer ideia

de identidade profissional como algo fixo ou imutável. O objetivo principal da OP se torna, portanto, apoiar o indivíduo a fazer uma escolha profissional de maneira autônoma e consciente, compreendendo que essa escolha vai além da definição de uma profissão específica (Bock, 2006).

Outro aspecto relevante diz respeito à atuação da OP junto ao indivíduo. Para Lucchiari (1993), é preciso que sejam trabalhados o autoconhecimento, o conhecimento das profissões e as implicações da escolha em si. Esse processo de autoconhecimento é mencionado por outros autores, juntamente com a necessidade de compreensão crítica do contexto em que o sujeito está inserido (Carvalho; Marinho-Araújo, 2010; Lima *et al.*, 2020; Sassi; Islam, 2020).

Nesse sentido, a OP oferece ao indivíduo recursos para que ele reconheça, no contexto social em que está inserido, possibilidades de criar oportunidades e transformar sua própria realidade. Isso implica o conhecimento sobre sua história, dores e experiências, abrindo caminho para que se aproprie de si mesmo e desenvolva uma compreensão mais ampla e integrada do mundo ao seu redor (Aguiar; Bock; Ozella, 2011).

A presença da orientação profissional no Ensino Médio também encontra respaldo nos documentos educacionais brasileiros. A OP pode ser compreendida como uma prática articulada ao § 2º do art. 35-B da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) (Brasil, 1996), incluído pela Lei nº 14.945, de 31 de julho de 2024 (Brasil, 2024). Esse dispositivo assegura aos estudantes oportunidades para a construção de seus projetos de vida, orientados pelo desenvolvimento integral, nas dimensões física, cognitiva e socioemocional, por meio da integração comunitária no território, da participação cidadã e da preparação para o mundo do trabalho, de forma ambiental e socialmente responsável.

Conforme orienta a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), a escola deve contribuir para que os estudantes desenvolvam conhecimentos, habilidades, atitudes e valores que lhes permitam atuar na vida cotidiana, no exercício da cidadania e no mundo do trabalho. Nesse contexto, a educação deve favorecer a construção de projetos de vida, possibilitando que os jovens compreendam diferentes saberes e experiências, reconheçam suas potencialidades e façam escolhas relacionadas à continuidade de sua formação e à sua inserção social e profissional, com liberdade,

autonomia, consciência crítica e responsabilidade. Ao desempenhar esse papel, a escola reafirma seu compromisso com a formação integral, contribuindo para o desenvolvimento individual e coletivo dos estudantes ao longo de suas trajetórias (Brasil, 2018).

A escola deve assumir a responsabilidade de promover a orientação profissional, sobretudo por se tratar de um processo que incentiva o jovem a refletir sobre sua trajetória, suas possibilidades e o lugar que ocupa na sociedade. Essa reflexão pode constituir um passo importante para a construção de sua autonomia e de sua emancipação pessoal e social (Rosa; Luz, 2017). Nessa perspectiva, mostra-se relevante implementar ações de orientação profissional que estimulem reflexões sobre as aspirações e o percurso individual de cada estudante (Dalanhol; Schlösser, 2021; Jesus; Mello; Avelar, 2020; Ribeiro *et al.*, 2024). Cabe, ainda, à escola desempenhar papel ativo no acompanhamento e na construção dos projetos de vida desses jovens (Andrade; Pires, 2020; Ribeiro; Costa; Costa, 2024).

Mandelli, Soares e Lisboa (2011) partem da visão de que a OP é uma prática social que possibilita ao jovem refletir sobre seu futuro, ao favorecer um processo de autoconhecimento e de resgate de sua trajetória pessoal. Nessa perspectiva, a OP envolve também a percepção de sua realidade atual e a análise crítica das possibilidades e exigências do mundo do trabalho, considerando suas necessidades, como sustento, consumo e tarefas cotidianas. A partir desse exercício, o jovem começa a delinear seu projeto de vida articulado à construção de um projeto profissional, ao visualizar suas aspirações, anseios e concepções em relação à realidade viável no presente e às possibilidades futuras. Segundo Konzen e Nascimento (2021), ter a orientação profissional como construção de um projeto de vida está relacionado à integração das diferentes dimensões humanas e ao direcionamento das potencialidades individuais para o alcance da realização tanto pessoal quanto profissional.

Além do autoconhecimento e da construção de projetos de vida, a orientação profissional também envolve a ampliação de informações sobre profissões, cursos e mundo do trabalho. Esse processo é relevante porque estereótipos, fantasias e preconceitos em torno de determinadas carreiras podem conduzir a escolhas pouco refletidas, tornando necessário ampliar o acesso a informações e favorecer a análise

das influências sociais, familiares e psicológicas que atravessam esse processo decisório (Oliveira, 2023).

O desenvolvimento do projeto de vida aliado à orientação profissional pode contribuir não apenas para desconstruir estereótipos sobre determinadas carreiras, mas também para oferecer uma compreensão mais realista dos contextos laborais. Esse processo favorece uma reflexão mais crítica sobre os fatores concretos que influenciam as escolhas profissionais, especialmente entre adolescentes em situação de vulnerabilidade social. Ao vivenciar essa experiência, o jovem tende a se sentir mais preparado e confiante para tomar decisões conscientes e persistir em seus objetivos (Alves *et al.*, 2019).

Especialmente quando realizada no ambiente escolar e em momentos decisivos de escolha, como na adolescência, a OP voltada à inserção no mundo do trabalho pode representar uma estratégia educativa relevante para o fortalecimento da formação humana integral. Isso porque, para Ferreira e Azevedo (2020), a constituição do sujeito ocorre, em grande medida, durante o percurso escolar, fase que antecede ou, em alguns casos, coincide, ainda que por necessidade e não necessariamente por escolha, com o ingresso no universo do trabalho. Assim, ainda que o estudante esteja em um curso técnico e já tenha realizado uma escolha profissional, essa escolha não precisa ser compreendida como definitiva, e a OP pode auxiliar na ampliação da percepção sobre outras possibilidades.

Por se encontrar em um processo significativo de desenvolvimento, o adolescente é especialmente suscetível às influências do contexto social, político e cultural em que está inserido. Suas escolhas são afetadas diretamente, não só no que diz respeito à identidade profissional, mas também à identidade pessoal como um todo, ou seja, na maneira de se perceber frente às relações que mantém com a sociedade e consigo mesmo (Ferreira; Azevedo, 2020).

Ainda que se reconheça que a autonomia do sujeito jamais é absoluta, mesmo sob condições historicamente adversas, o indivíduo conserva, em alguma medida, o direito à escolha. Nesse sentido, fomentar o desejo de exercer esse direito pode contribuir para que avance continuamente na construção de sua emancipação (Carvalho; Marinho-Araújo, 2010; Ferreira; Azevedo, 2020). Sob essa perspectiva, a OP pode constituir-se como uma prática capaz de questionar e desconstruir discursos hegemônicos e individualizantes, que tratam o sujeito como

alguém isolado de seu contexto social e desconsideram as múltiplas determinações que atravessam suas escolhas (Cunha *et al.*, 2018).

Apesar de sua relevância, a implementação da OP nas escolas enfrenta limitações relacionadas à formação dos profissionais e às condições institucionais para sua oferta. Conforme Melo-Silva, Lassance e Soares (2004), nas últimas décadas, a atuação em orientação profissional tem sido majoritariamente desempenhada por psicólogos. Entretanto, Ambiel et al. (2022) identificaram que, nos cursos de Psicologia, as disciplinas relacionadas à OP apresentam predominantemente carga horária reduzida e ementas introdutórias. Essa configuração levanta dúvidas quanto ao desenvolvimento das habilidades teóricas e práticas necessárias à atuação dos futuros orientadores profissionais.

Além das limitações na formação em OP nos cursos de Psicologia, a presença desses profissionais nas escolas públicas ainda é pouco frequente, o que constitui outro entrave à consolidação dessas práticas. Quando há psicólogos escolares ou orientadores, a expectativa da comunidade tende a concentrar-se em uma atuação clínica e na resolução imediata de demandas relacionadas à aprendizagem, ao comportamento, à sexualidade e às condições socioeconômicas dos estudantes. Diante da ausência de equipes multidisciplinares e da sobrecarga de demandas, a orientação profissional, embora relevante para a promoção da saúde e da qualidade educacional, acaba sendo colocada em segundo plano (Melo-Silva; Lassance; Soares, 2004).

Faz-se pertinente, ainda, questionar se os educadores estão preparados para trabalhar temáticas relacionadas à OP (Melo-Silva; Lassance; Soares, 2004). Segundo Oliveira (2023), a ausência de profissionais qualificados na condução de práticas de orientação profissional pode comprometer a qualidade das intervenções, que tendem a ser permeadas por percepções subjetivas e concepções do senso comum. Isso pode resultar em orientações imprecisas e desconectadas das dinâmicas do mercado de trabalho, conduzindo os estudantes a decisões menos fundamentadas, muitas vezes influenciadas pelas expectativas pessoais de familiares, professores ou outros agentes sem formação específica em OP.

De modo geral, as iniciativas voltadas à OP ainda são raras nas instituições de ensino brasileiras, sejam elas públicas ou privadas. Quando ocorrem, costumam ser esporádicas e carecem de continuidade sistemática (Lisboa; Soares, 2018;

Melo-Silva; Munhoz; Leal, 2019). No contexto específico dos Institutos Federais (IF), um estudo conduzido por Oliveira (2023), envolvendo estudantes de um curso técnico integrado ao Ensino Médio em uma instituição localizada no Estado de Goiás, identificou a ausência de registros sobre iniciativas de orientação profissional desde a criação da instituição. Esse achado reforça a necessidade de ampliar a discussão sobre a presença da OP nesse contexto educacional.

De acordo com Zapelini *et al.* (2025), a OP nem sempre é incorporada de forma consistente às práticas escolares, particularmente nas instituições de Educação Profissional e Tecnológica. Em sentido semelhante, Teodoro (2021) observa que, quando a orientação profissional é ofertada, em geral, fica restrita ao contraturno escolar, o que limita o acesso e a participação dos estudantes. A autora também ressalta a urgência do desenvolvimento de recursos educacionais acessíveis, contextualizados e capazes de dialogar com a realidade sociocultural dos jovens, destacando que, quanto mais oportunidades o adolescente tem de refletir sobre o mundo do trabalho e suas possibilidades, mesmo em contextos sociais adversos, maiores são as chances de que realize uma escolha profissional mais consciente e alinhada à sua realidade. Diante dessa necessidade, a cartilha em formato de site desenvolvida nesta pesquisa é proposta como um recurso educacional voltado à ampliação dessas oportunidades de reflexão.

3 METODOLOGIA

Neste capítulo, apresenta-se o percurso metodológico adotado na pesquisa, contemplando a caracterização do estudo, a investigação diagnóstica realizada com estudantes do Ensino Médio Integrado, o processo de elaboração da cartilha interativa de orientação profissional, as etapas de validação com psicólogos avaliadores e estudantes, os procedimentos de análise dos dados produzidos nas diferentes etapas da investigação e os cuidados éticos observados.

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Esta pesquisa caracteriza-se como um estudo de natureza aplicada, por buscar conhecimentos com aplicação direta em um contexto real e voltados à intervenção sobre uma demanda concreta (Kauark; Manhães; Medeiros, 2010). O estudo foi organizado em duas etapas articuladas e complementares. A primeira etapa correspondeu à investigação diagnóstica, voltada à identificação dos fatores escolares percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado do IFTO – *Campus* Palmas. Já a segunda etapa correspondeu ao desenvolvimento, à validação e ao aprimoramento de uma cartilha interativa de orientação profissional, conferindo à pesquisa, nessa etapa, caráter metodológico, ao se aproximar do tipo de investigação descrito por Polit e Beck (2011), por envolver etapas sistemáticas de elaboração, avaliação e refinamento de uma tecnologia educacional para uso na prática.

Quanto aos procedimentos, o estudo caracterizou-se como pesquisa de campo, por envolver coleta de dados diretamente com participantes vinculados ao contexto investigado (Guerra, 2023). Na primeira etapa, participaram estudantes do segundo ano do Ensino Médio Integrado do IFTO – *Campus* Palmas, vinculados à investigação diagnóstica. Na segunda etapa, participaram psicólogos avaliadores, na validação de conteúdo e aparência da cartilha, e estudantes do Ensino Médio Integrado, na validação aparente e semântica do Produto Educacional.

Quanto à abordagem, a pesquisa caracterizou-se como mista, combinando dados quantitativos e qualitativos. Segundo Santos *et al.* (2017), essa abordagem possibilita integrar diferentes tipos de dados, favorecendo uma compreensão mais

ampla do fenômeno investigado. Na investigação diagnóstica, os dados quantitativos foram analisados por meio de frequências absolutas e relativas, enquanto os dados qualitativos foram produzidos a partir das respostas à questão aberta e examinados por meio da análise de conteúdo. Nas etapas de validação do Produto Educacional, os dados quantitativos foram analisados por meio do Índice de Validade de Conteúdo (IVC), enquanto os dados qualitativos foram constituídos pelas observações e sugestões registradas pelos participantes.

Desse modo, a caracterização da pesquisa evidencia que o percurso metodológico compreendeu, inicialmente, uma investigação diagnóstica que subsidiou a delimitação da demanda a ser contemplada pelo Produto Educacional e, posteriormente, o desenvolvimento de um Produto Educacional voltado à demanda identificada no contexto escolar.

3.2 PERCURSO METODOLÓGICO DA PESQUISA

O percurso metodológico da pesquisa teve início com a investigação diagnóstica, realizada com estudantes do Ensino Médio Integrado do IFTO – *Campus* Palmas, com a finalidade de identificar fatores escolares percebidos como associados à ansiedade nesse contexto. Essa etapa subsidiou a delimitação da demanda que orientou a construção do Produto Educacional, uma cartilha de orientação profissional.

A elaboração e a validação dessa cartilha foram organizadas em etapas sucessivas, envolvendo a construção da primeira versão, a avaliação por psicólogos, a revisão do material, a avaliação pelo público-alvo e a consolidação da versão final da cartilha interativa de orientação profissional. A primeira versão do produto foi construída a partir do referencial teórico da dissertação, de levantamentos bibliográfico e documental e da análise de materiais educativos relacionados à orientação profissional, à adolescência, aos projetos de vida, ao mundo do trabalho e à ansiedade diante do futuro acadêmico e profissional. Nesta seção, apresenta-se o percurso metodológico de construção e aprimoramento do produto.

Em sua organização inicial, o material contemplou atividades reflexivas voltadas ao autoconhecimento, ao conhecimento das profissões e à análise das

implicações sociais, familiares, econômicas e subjetivas envolvidas nas escolhas profissionais.

Após sua elaboração, a cartilha foi submetida à validação de conteúdo e aparência por psicólogos avaliadores. A validação de conteúdo permite analisar se o material contempla adequadamente o tema proposto (Galindo Neto, 2015), enquanto a validação de aparência envolve aspectos relacionados à forma de apresentação, como clareza, legibilidade e compreensão (Lobiondo-Wood; Haber, 2021). As contribuições recebidas subsidiaram a revisão do material e a elaboração da segunda versão.

Em seguida, a segunda versão da cartilha foi avaliada pelo público-alvo, composto por estudantes do Ensino Médio Integrado. Essa etapa buscou verificar a compreensão, a utilidade percebida, a clareza da linguagem, a adequação dos recursos visuais, a organização do material e seu potencial motivacional. A participação do público-alvo é relevante porque permite verificar a adequação do material às características dos sujeitos a quem se destina (Moura *et al.*, 2019), contribuindo para identificar se o produto é adequadamente compreendido para ser utilizado pelo público-alvo (Oliveira, 2006).

Após o processo de validação e a realização dos ajustes considerados pertinentes, viáveis e coerentes com os objetivos da pesquisa e com os fundamentos teórico-metodológicos do Produto Educacional, obteve-se a versão final da cartilha interativa de orientação profissional, em formato de site.

A Figura 1 apresenta, de forma sintética, as etapas metodológicas da pesquisa.

Figura 1 – Percurso metodológico da pesquisa



Fonte: A autora (2026).

3.3 PARTICIPANTES DA PESQUISA

Participaram da pesquisa dois grupos: estudantes do Ensino Médio Integrado do IFTO – *Campus* Palmas e psicólogos avaliadores. Os estudantes participaram em duas etapas distintas do percurso metodológico, sem necessariamente constituírem o mesmo grupo: na investigação diagnóstica e na validação aparente e semântica do Produto Educacional. Os psicólogos avaliadores participaram da etapa de validação de conteúdo e aparência da cartilha.

Como as duas etapas que envolveram estudantes ocorreram em 2025 e tiveram como referência discentes dos cursos técnicos integrados ao Ensino Médio do IFTO – *Campus* Palmas, apresenta-se, inicialmente, a caracterização geral dessa população. No período do levantamento, a instituição contava com 828 estudantes matriculados nessa modalidade, sendo 414 do sexo feminino e 414 do sexo masculino, o que evidencia equilíbrio quantitativo entre os sexos na população considerada. A distribuição por curso, ano e sexo encontra-se apresentada na Tabela 1.

Tabela 1 – Distribuição dos estudantes matriculados nos cursos técnicos integrados ao Ensino Médio do IFTO – *Campus* Palmas em 2025

CURSO	**1º ANO**			**2º ANO**			**3º ANO**			**TOTAL GERAL**
	F	**M**	**Total**	**F**	**M**	**Total**	**F**	**M**	**Total**	
Administração	25	14	39	24	8	32	26	7	33	104
Agrimensura	11	30	41	15	18	33	14	12	26	100
Agronegócio	21	18	39	18	17	35	14	14	28	102
Controle Ambiental	23	16	39	17	16	33	31	8	39	111
Edificações	19	12	31	11	15	26	—	—	—	57
Eletrotécnica	3	34	37	4	12	16	1	18	19	72
Eventos	33	6	39	30	2	32	33	2	35	106
Informática p/ Internet	11	29	40	7	24	31	9	15	24	95
Mecatrônica	3	29	32	5	17	22	6	21	27	81
Total	**149**	**188**	**337**	**131**	**129**	**260**	**134**	**97**	**231**	**828**

Legenda: F = sexo feminino; M = sexo masculino.
Nota: O curso de Edificações não possuía turma ativa no 3º ano.

Fonte: A autora (2026).

Esses dados contextualizam a população discente da qual foram selecionadas as amostras de estudantes que participaram da investigação diagnóstica e da validação aparente e semântica do Produto Educacional.

3.3.1 Estudantes participantes da pesquisa

Na investigação diagnóstica, participaram 104 estudantes do segundo ano do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas, pertencentes aos cursos de Administração, Agrimensura, Agronegócio, Controle Ambiental, Edificações, Informática para Internet e Mecatrônica. A amostra foi definida por conveniência, considerando a acessibilidade aos participantes e a adesão voluntária dos estudantes, sem pretensão de abranger a totalidade das turmas ou dos cursos da modalidade no *campus*.

Na etapa de validação aparente e semântica do Produto Educacional, participaram 21 estudantes de uma turma do 2º ano do Curso Técnico em Administração Integrado ao Ensino Médio do IFTO – *Campus* Palmas. A turma foi selecionada por conveniência, considerando a vinculação dos participantes à modalidade de ensino para a qual a cartilha foi desenvolvida, a viabilidade de aplicação no contexto escolar e a adesão voluntária dos estudantes.

Na etapa de validação aparente e semântica, o quantitativo de 21 estudantes foi considerado compatível com a finalidade avaliativa dessa etapa, por se tratar da avaliação aparente e semântica do Produto Educacional pelo público-alvo, sem pretensão de representatividade estatística. Estudos de validação de tecnologias e materiais educativos têm utilizado quantitativos semelhantes na avaliação pelo público-alvo, como 21 adolescentes em Rocha *et al.* (2021), 21 adolescentes em Melo Júnior *et al.* (2024) e 22 participantes em Mello *et al.* (2020).

A escolha de estudantes do 2º ano do Ensino Médio Integrado, nas etapas da pesquisa que envolveram esse público, justifica-se por indícios de que alunos do 1º e do 2º anos do Ensino Médio tendem a apresentar níveis mais elevados de ansiedade em comparação com estudantes em fases mais avançadas da trajetória escolar (Oliveira; Boruchovitch, 2021). Além disso, trata-se de uma etapa intermediária do Ensino Médio Integrado, na qual as reflexões sobre futuro

acadêmico, escolhas profissionais e projetos de vida já se mostram pertinentes, sem se restringirem ao momento final de conclusão do curso.

3.3.2 Psicólogos avaliadores

Considerando a recomendação de Lynn (1986) quanto à participação de grupos reduzidos de juízes em processos de validação, com mínimo de três e máximo de dez avaliadores, adotou-se uma amostra de conveniência, não probabilística, formada por sete psicólogos avaliadores. Os participantes, de ambos os sexos, atendiam aos critérios de experiência mínima de dois anos em orientação profissional e atuação no contexto escolar.

3.4 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

Na investigação diagnóstica, utilizou-se o Questionário da Investigação Diagnóstica (Apêndice B), semiestruturado e elaborado pela pesquisadora, composto por itens de caracterização dos participantes, nove questões fechadas sobre fatores escolares associados à ansiedade e uma questão aberta. Os itens de caracterização contemplaram sexo biológico, curso e idade. As questões fechadas investigaram a frequência com que diferentes situações do contexto escolar eram indicadas pelos estudantes como relacionadas à ansiedade, utilizando escala ordinal de frequência, com as opções “nunca gera ansiedade”, “às vezes gera ansiedade” e “sempre gera ansiedade”. A questão aberta possibilitou que os participantes registrassem outras situações percebidas como associadas à ansiedade não contempladas nas alternativas fechadas.

As situações avaliadas no questionário da investigação diagnóstica envolveram carga horária e volume de estudos, provas e avaliações de desempenho, futuro acadêmico e profissional, ambiente físico da instituição, apresentações e seminários com exposição em público, relacionamento com professores, relacionamento com colegas, dificuldade em compreender o conteúdo das disciplinas e uso ou restrição de dispositivos eletrônicos. Para fins analíticos, a recorrência da resposta “sempre gera ansiedade” foi considerada indicativa de maior frequência autorreferida de ansiedade em cada fator investigado.

O instrumento de avaliação da cartilha pelos psicólogos avaliadores foi elaborado a partir da adaptação do instrumento utilizado por Galindo Neto *et al*. (2017), originalmente desenvolvido para validar uma cartilha educativa sobre primeiros socorros voltada para professores. Nesta pesquisa, o instrumento adaptado foi denominado “Instrumento de Avaliação da Cartilha pelos Psicólogos Avaliadores” (Apêndice C) e foi composto por 20 itens distribuídos em seis dimensões: conteúdo, linguagem, ilustrações, layout, motivação e adequação sociocultural.

Para a validação aparente e semântica com o público-alvo, utilizou-se o “Instrumento de Avaliação da Cartilha pelos Estudantes” (Apêndice D), composto por 17 itens objetivos organizados em cinco dimensões: conteúdo, linguagem, ilustrações, layout e motivação. O instrumento foi adaptado a partir de Galindo Neto (2015) e Galindo Neto *et al.* (2017), com base no *Suitability Assessment of Materials*, de Doak, Doak e Root (1996), considerando também a organização adotada por Mello *et al.* (2020) na validação de cartilha educativa pelo público-alvo.

Os psicólogos avaliadores e os estudantes participantes da validação aparente e semântica responderam aos itens por meio de escala tipo Likert de quatro pontos: 1 = discordo totalmente, 2 = discordo, 3 = concordo e 4 = concordo totalmente. A adoção da escala de quatro pontos buscou evitar um ponto médio neutro, favorecendo o posicionamento dos participantes quanto ao grau de concordância com os aspectos avaliados, conforme recomendação de Lynn (1986). Nos dois instrumentos de avaliação da cartilha, foi incluído espaço aberto para registro de comentários, críticas, elogios e sugestões.

Aos estudantes participantes da validação aparente e semântica, além do instrumento de avaliação da cartilha, foi aplicado o “Questionário Sociodemográfico” (Apêndice E), destinado à caracterização dos participantes. O questionário contemplou idade, sexo, participação prévia em atividades de orientação profissional e percepção autorreferida sobre a própria ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional.

3.5 PROCEDIMENTO DE COLETA DE DADOS

Na investigação diagnóstica, a coleta de dados foi realizada em sala de aula, no dia 7 de março de 2025, com estudantes do segundo ano do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas. O questionário semiestruturado foi aplicado nos formatos impresso e digital, conforme a necessidade apresentada pelos estudantes no momento da aplicação.

O convite para participação na validação por psicólogos avaliadores foi enviado por correio eletrônico a 14 profissionais vinculados a Institutos Federais e instituições de ensino superior, com predomínio de profissionais do IFTO. O e-mail continha o link do formulário eletrônico elaborado no Google Forms, no qual constavam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), o link de acesso à cartilha, as orientações para avaliação e o instrumento de validação. A participação somente foi iniciada após a manifestação de concordância com o TCLE. O prazo previsto para resposta foi de 10 dias corridos; entretanto, após o recebimento das sete avaliações definidas para a composição da amostra, o formulário foi encerrado, sendo consideradas todas as respostas recebidas.

A validação com os estudantes foi iniciada no dia 6 de novembro de 2025, quando os participantes receberam, em sala de aula, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido destinado aos responsáveis legais. Somente participaram da etapa avaliativa os estudantes que devolveram o TCLE devidamente assinado pelos responsáveis legais. A etapa de avaliação com os estudantes ocorreu em 10 de novembro de 2025, durante horário regular de aula, em sala da instituição. Nessa ocasião, os estudantes acessaram, pelo celular, a segunda versão da cartilha interativa de orientação profissional, disponibilizada em formato de site, e realizaram a exploração individual do material.

Após a exploração da cartilha, os estudantes acessaram, por meio de um código de resposta rápida (*Quick Response Code* – QR Code), o formulário eletrônico elaborado no Google Forms. Inicialmente, visualizaram uma breve apresentação da pesquisa, as orientações de preenchimento e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). A continuidade no formulário dependia da manifestação de concordância do próprio estudante com a participação. Em seguida, responderam ao questionário sociodemográfico e ao instrumento de avaliação da cartilha, ambos preenchidos individualmente. Durante a aplicação, a pesquisadora permaneceu presente apenas para fornecer orientações operacionais

relacionadas ao acesso ao site e ao formulário, sem interferir nas avaliações ou nas respostas dos participantes.

3.6 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DOS DADOS E DE REVISÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL

Os dados da investigação diagnóstica e das etapas de validação do Produto Educacional foram analisados conforme a natureza dos instrumentos utilizados em cada momento da pesquisa. Na investigação diagnóstica, os dados quantitativos provenientes das questões fechadas do questionário foram analisados por meio de frequências absolutas e relativas, com o objetivo de identificar a frequência autorreferida de ansiedade associada a cada situação escolar apresentada aos estudantes. Para fins analíticos, a resposta “sempre gera ansiedade” foi considerada indicativa de maior frequência autorreferida de ansiedade em cada dimensão investigada.

As respostas à questão aberta da investigação diagnóstica foram examinadas por meio da análise de conteúdo, na modalidade temática, com finalidade exploratória e complementar. A questão aberta foi incluída no instrumento para possibilitar que os estudantes registrassem situações escolares percebidas como associadas à ansiedade que, eventualmente, não estivessem contempladas nas alternativas fechadas. Inicialmente, realizou-se a leitura das respostas, seguida da identificação de unidades de sentido, recorrências e aproximações temáticas, procedimento coerente com a análise temática, que busca identificar os “núcleos de sentido” presentes na comunicação e utiliza o tema como unidade de registro (Bardin, 2016). Em seguida, os registros foram organizados conforme sua relação com as dimensões investigadas no instrumento, admitindo-se também a possibilidade de identificação de aspectos não previstos inicialmente. Desse modo, os dados qualitativos foram utilizados para complementar a interpretação dos dados quantitativos e ampliar a compreensão das situações escolares associadas à ansiedade, em consonância com a perspectiva dos métodos mistos, na qual a integração entre dados qualitativos e quantitativos pode produzir resultados complementares entre si (Santos *et al.*, 2017).

Os dados quantitativos das duas etapas de validação do Produto Educacional foram analisados por meio do Índice de Validade de Conteúdo (IVC), com o objetivo de verificar o grau de concordância quanto aos aspectos avaliados da cartilha. Para a etapa com psicólogos avaliadores, adotou-se como ponto de corte mínimo o valor de 0,78, conforme recomendado na literatura para estudos de validação de conteúdo (Lynn, 1986; Polit; Beck, 2006). Na etapa com estudantes, o mesmo parâmetro foi utilizado como critério de adequação dos itens avaliados pelo público-alvo, considerando que o uso do IVC também tem sido observado em estudos metodológicos de validação de cartilhas educativas com participantes desse grupo (Mello *et al.*, 2020; Martins *et al.*, 2024).

O IVC por item (IVCi) foi calculado pela razão entre o número de respostas consideradas concordantes, correspondentes às opções “3” ou “4” da escala Likert, e o número total de participantes em cada etapa (Alexandre; Coluci, 2011; Polit; Beck, 2006), conforme a Equação 1:

(1)

$$IVCi = \frac{\text{nº de respostas “3” ou “4”}}{\text{nº total de participantes da etapa}}$$

Foram consideradas concordantes as alternativas “concordo” e “concordo totalmente”, tanto nas respostas dos psicólogos avaliadores quanto nas respostas dos estudantes participantes da validação aparente e semântica.

Para sintetizar os resultados por dimensão avaliativa, foi calculado o IVC por dimensão (IVCd), obtido pela média aritmética dos índices dos itens pertencentes a cada dimensão. Esse procedimento foi adotado nesta pesquisa como estratégia de organização e síntese dos resultados por categoria avaliativa, mantendo como base o cálculo do IVCi e do IVC global.

O IVC global (IVCg) da cartilha foi calculado pela média aritmética dos IVCi, obtida pela soma de todos os índices calculados separadamente, dividida pelo número total de itens do instrumento (Polit; Beck, 2006; Alexandre; Coluci, 2011), conforme a Equação 2:

(2)

$$IVCg = \frac{\sum IVCi}{\text{nº total de itens}}$$

Os dados quantitativos das etapas de validação foram organizados e calculados em planilhas eletrônicas, contemplando o IVCi, o IVCd e o IVCg de cada etapa de validação. Esses resultados foram utilizados para verificar se a cartilha atingiu o ponto de corte mínimo adotado na pesquisa e para subsidiar a interpretação dos resultados da validação de conteúdo e aparência, no caso dos psicólogos avaliadores, e da validação aparente e semântica, no caso dos estudantes.

As contribuições qualitativas registradas nos espaços abertos dos instrumentos de validação da cartilha foram analisadas individualmente e submetidas a uma sistematização qualitativa, orientada à avaliação e ao aperfeiçoamento do Produto Educacional. Para isso, os comentários foram organizados em sínteses e, quando necessário, manifestações semelhantes foram agrupadas por aproximação temática, a fim de facilitar a análise e a tomada de decisão quanto aos ajustes a serem realizados. Esse procedimento dialoga com Leite (2019), ao indicar a necessidade de criação de instrumentos capazes de captar as respostas dos participantes de modo sistematizado e de fazer com que a validação contribua para a melhoria e reescrita do material educativo. As sugestões foram examinadas considerando sua pertinência, coerência com os objetivos da pesquisa, alinhamento ao referencial teórico, viabilidade técnica e adequação à proposta de uso autônomo da cartilha, uma vez que a avaliação de materiais educativos deve considerar as especificidades do público-alvo, bem como aspectos comunicacionais, pedagógicos, teóricos e críticos do material produzido (Leite, 2019).

Na etapa com psicólogos avaliadores, as contribuições qualitativas subsidiaram a revisão da primeira versão da cartilha, resultando na elaboração da segunda versão do Produto Educacional, posteriormente submetida à avaliação com estudantes. Na etapa com o público-alvo, as observações dos estudantes foram utilizadas para a consolidação da versão final da cartilha. Em ambas as etapas, as alterações realizadas buscaram aprimorar aspectos relacionados ao conteúdo, à linguagem, à organização visual, à navegação, aos recursos interativos e à coerência da proposta formativa, sem descaracterizar seus objetivos, escopo e fundamentos teórico-metodológicos.

3.7 ASPECTOS ÉTICOS DA PESQUISA

Por envolver seres humanos, esta pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do IFTO, por meio da Plataforma Brasil, em conformidade com as Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. A investigação diagnóstica foi aprovada sob o Parecer nº 7.391.859 (Anexo A). A etapa referente ao desenvolvimento e à validação do Produto Educacional foi aprovada sob o Parecer nº 7.888.236 (Anexo B).

As coletas de dados foram realizadas somente após as respectivas aprovações pelo CEP/IFTO e a autorização institucional para execução da pesquisa. Foram assegurados aos participantes o anonimato, o sigilo das informações, a participação voluntária e o direito de desistência a qualquer momento, sem prejuízo ou penalidade.

Na investigação diagnóstica e na validação aparente e semântica do Produto Educacional, por envolverem a participação de estudantes menores de idade, a participação esteve condicionada à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos pais ou responsáveis legais e ao assentimento dos estudantes por meio do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). A participação dos psicólogos avaliadores ocorreu mediante a concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), disponibilizado em formulário eletrônico.

4 PRODUTO EDUCACIONAL

Segundo a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) (2025), os cursos da modalidade profissional da Área de Ensino têm como característica essencial a pesquisa aplicada, desenvolvida em diálogo com o campo da prática profissional e seus diferentes atores. Nessa modalidade, a pesquisa deve gerar e avaliar um produto ou processo educacional articulado à dissertação ou tese, capaz de contribuir para a resolução de problemas educacionais em um contexto específico e de ser utilizado por professores da Educação Básica, Tecnológica e Superior, bem como por outros profissionais envolvidos com o ensino em espaços formais e não formais.

No âmbito desta pesquisa, o Produto Educacional (PE) foi elaborado a partir da demanda identificada na investigação diagnóstica, referente ao futuro acadêmico e profissional de estudantes do Ensino Médio Integrado. Este capítulo apresenta o produto desenvolvido, contemplando sua natureza, finalidade, fundamentação, estrutura, funcionamento, possibilidades de uso e forma de disponibilização.

4.1 APRESENTAÇÃO E FINALIDADE DO PRODUTO EDUCACIONAL

O PE desenvolvido nesta pesquisa consiste em uma cartilha interativa de orientação profissional, apresentada em formato de site, intitulada "Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida”. O material enquadra-se na categoria de material didático/instrucional e foi elaborado no âmbito do ProfEPT, como produto vinculado à presente dissertação. A tela inicial do produto, apresentada na Figura 2, explicita sua identidade visual, seu título, seu subtítulo e sua autoria, funcionando como porta de entrada para o percurso reflexivo proposto.

Figura 2 – Tela inicial da cartilha digital Explorar



Fonte: A autora (2026).

A cartilha tem como público-alvo estudantes do Ensino Médio Integrado e foi concebida como um recurso educativo voltado ao uso autônomo, embora também possa ser utilizada com mediação de professores, psicólogos, pedagogos e outros profissionais da educação. Sua finalidade é favorecer reflexões sobre escolhas acadêmicas e profissionais, projetos de vida, mundo do trabalho e fatores pessoais, familiares, escolares e sociais que atravessam esse processo, sem assumir caráter diagnóstico, terapêutico, prescritivo, classificatório ou de indicação de profissão.

O Produto Educacional apresentado neste capítulo corresponde à versão final da cartilha interativa desenvolvida no âmbito desta pesquisa. O material encontra-se disponibilizado gratuitamente em formato digital, podendo ser acessado pelo endereço eletrônico: https://explorar-ifto.github.io/cartilha/index.html. O Apêndice A apresenta um guia do Produto Educacional, que reúne sua ficha técnica, orientações de acesso e uso e uma síntese da estrutura e das atividades da cartilha interativa.

4.2 FUNDAMENTAÇÃO E PERTINÊNCIA DO PRODUTO PARA A EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA

A elaboração da cartilha “Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida” vincula-se às bases conceituais da Educação Profissional e Tecnológica, especialmente à defesa de uma formação que não se restrinja à preparação imediata para o mercado de trabalho nem ao enfoque meramente técnico-operacional. Nessa perspectiva, o produto não foi concebido apenas como um recurso informativo sobre cursos e profissões, mas como um material educativo voltado à reflexão crítica sobre trabalho, formação, projetos de vida e condições concretas que atravessam as escolhas dos estudantes. Essa compreensão dialoga com Ciavatta (2005), ao enfatizar a formação humana integral e a superação da fragmentação entre trabalho manual e intelectual; com Saviani (2007), ao destacar a importância de uma formação politécnica que articule conhecimentos teóricos e capacidades práticas; e com Moura, Lima Filho e Silva (2015), ao situarem o Ensino Médio Integrado como possibilidade de articulação entre formação intelectual, física e técnica. Assim, ao abordar escolhas profissionais, projetos de vida e demandas relacionadas ao futuro acadêmico e profissional, a cartilha vincula-se à EPT por propor um recurso educativo que considera o estudante para além da dimensão técnico-profissional.

Nesse sentido, a especificidade da orientação profissional proposta nesta pesquisa, no contexto da Educação Profissional e Tecnológica, reside em sua articulação com a formação humana integral e com as particularidades do Ensino Médio Integrado. Embora esses estudantes já estejam inseridos em uma formação profissional de nível técnico, suas trajetórias não se encerram nessa habilitação. As escolhas relacionadas à continuidade dos estudos, à inserção no mundo do trabalho e à construção de projetos de vida permanecem presentes ao longo dessa etapa formativa. Assim, a cartilha não busca questionar ou redirecionar a escolha do curso técnico realizado pelo estudante, mas ampliar as possibilidades de reflexão sobre sua trajetória acadêmica e profissional, considerando as condições sociais, históricas e econômicas que atravessam essas escolhas.

Essa vinculação também se expressa na atenção às demandas vivenciadas por estudantes do Ensino Médio Integrado, etapa formativa marcada por desafios

como carga horária extensa, grande volume de atividades e incertezas relacionadas ao futuro. Esses aspectos podem repercutir no bem-estar dos estudantes e estar associados à elevação dos níveis de ansiedade (Cunha; Martins, 2022; Pacheco; Nonenmacher; Cambraia, 2020). Nessa direção, práticas educativas voltadas à promoção da saúde mental e à minimização de fatores de risco no ambiente escolar mostram-se relevantes para acolher demandas que atravessam a formação dos adolescentes, especialmente aquelas relacionadas às escolhas acadêmicas e profissionais (Andrade; Pires, 2020; Cunha; Martins, 2022; Ribeiro; Costa; Costa, 2024).

No contexto desta pesquisa, a escolha por uma cartilha de orientação profissional relaciona-se à demanda identificada na investigação diagnóstica acerca do futuro acadêmico e profissional dos estudantes, cujos resultados são apresentados e discutidos no Capítulo 5. Esse direcionamento aproxima-se do referencial teórico, que destaca a escolha profissional como uma das principais fontes de ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado (Verma; Verma; Kumar, 2021; Rocha *et al.*, 2022; Zambelli *et al.*, 2025). Nesse cenário, a orientação profissional apresenta-se como estratégia educativa relevante de apoio reflexivo diante da ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional, ao favorecer a reflexão sobre escolhas, projetos de vida e trajetórias formativas (Dalanhol; Schlösser, 2021; Jesus; Mello; Avelar, 2020; Ribeiro *et al.*, 2024; Veras, 2024).

Embora a orientação profissional seja apontada como uma estratégia relevante para apoiar adolescentes diante das escolhas acadêmicas, profissionais e da construção de projetos de vida, sua presença ainda ocorre de forma limitada ou pouco sistematizada nas instituições escolares, inclusive no contexto da Educação Profissional e Tecnológica (Oliveira, 2023; Zapelini *et al.*, 2025). Nesse sentido, a cartilha busca contribuir para ampliar espaços de reflexão sobre o futuro acadêmico e profissional no Ensino Médio Integrado, apoiando os estudantes em processos reflexivos mais autônomos, conscientes e contextualizados. Essa proposta mantém coerência com a orientação profissional sócio-histórica, compreendida como um conjunto de intervenções voltadas à apropriação dos determinantes da escolha. Nessa perspectiva, as escolhas acadêmicas e profissionais não são decisões exclusivamente individuais nem expressão de uma disposição natural ou inata, mas

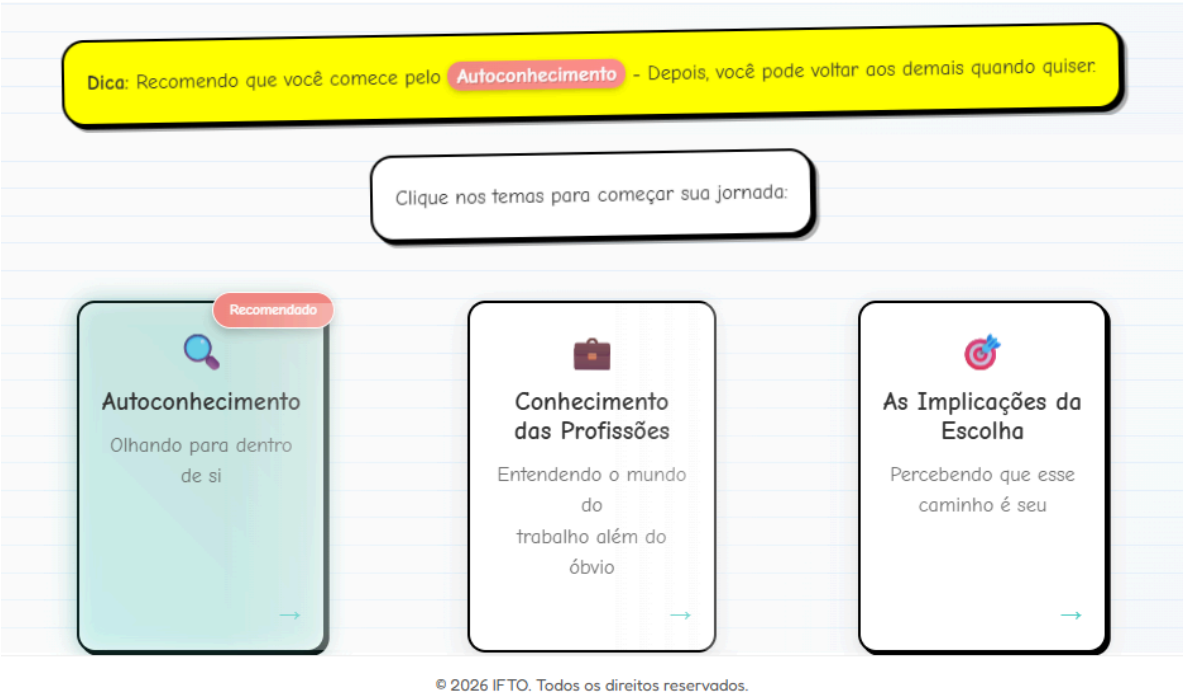
processos atravessados por determinantes sociais, históricos e culturais (Bock, 2013; Ferreira; Azevedo, 2020).

Desse modo, a pertinência da cartilha está na articulação entre formação humana integral, orientação profissional sócio-histórica e atenção às demandas relacionadas ao futuro acadêmico e profissional dos estudantes. Ao propor atividades de autoconhecimento, ampliação de informações sobre profissões, leitura crítica do mundo do trabalho e análise das influências sociais, familiares e subjetivas implicadas nas escolhas, o material busca favorecer uma reflexão formativa, crítica e contextualizada, sem assumir caráter clínico, prescritivo ou classificatório.

4.3 ESTRUTURA, FUNCIONAMENTO E POSSIBILIDADES DE USO

O Produto Educacional foi estruturado em formato de site interativo, com navegação organizada a partir de três eixos temáticos: Autoconhecimento: olhando para dentro de si; Conhecimento das Profissões: entendendo o mundo do trabalho além do óbvio; e As Implicações da Escolha: percebendo que esse caminho é seu. Na continuidade da página inicial, o estudante tem acesso à apresentação do material, às orientações gerais de uso e aos cartões de navegação que direcionam para cada eixo. Essa organização permite que o percurso seja realizado de forma sequencial, iniciando pelo autoconhecimento, ou de maneira flexível, conforme as necessidades e interesses do estudante. Além disso, a disposição dos eixos propõe uma progressão reflexiva, partindo da relação do estudante consigo mesmo, avançando para o conhecimento sobre profissões e mundo do trabalho e, por fim, para a análise das influências que atravessam as escolhas acadêmicas e profissionais. A Figura 3 apresenta os cartões de acesso aos eixos temáticos da cartilha.

Figura 3 – Cartões de acesso aos eixos temáticos da cartilha

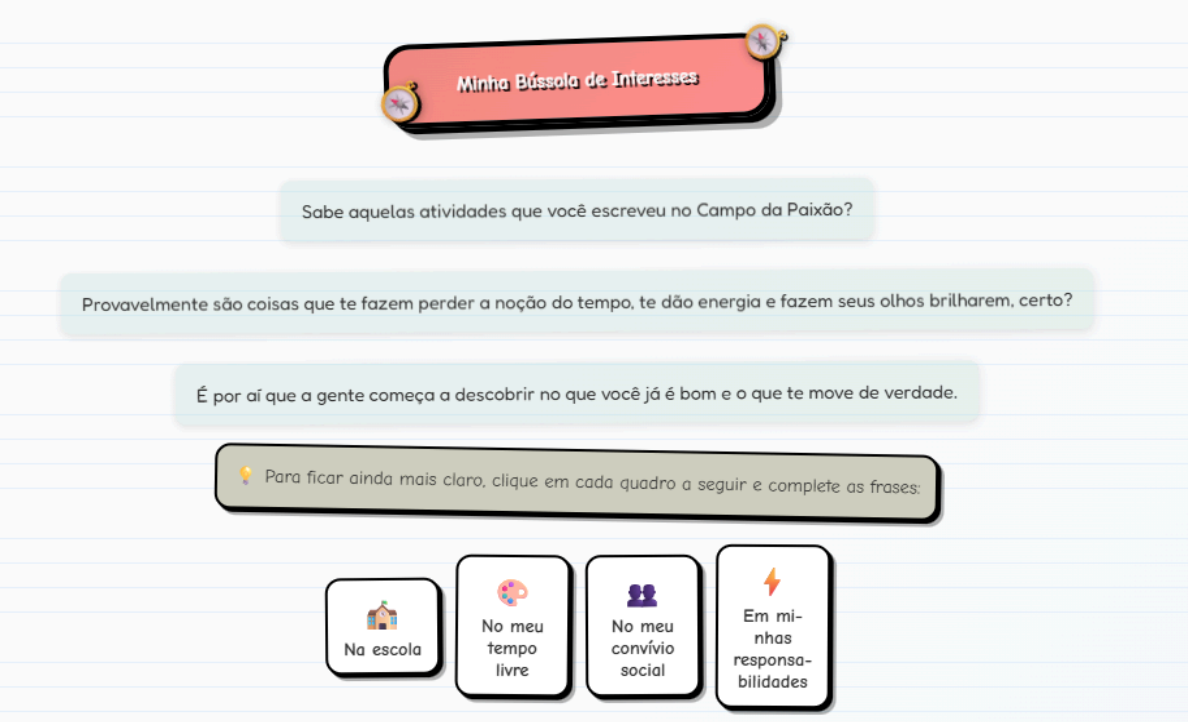


Fonte: A autora (2026).

A escolha por esse formato digital mostra-se coerente com a proposta de disponibilizar um recurso acessível, interativo e passível de uso autônomo, conforme discutido no Capítulo 2 acerca do uso de recursos digitais como apoio educativo diante de demandas relacionadas à saúde mental de crianças e adolescentes no contexto escolar.

O primeiro eixo, *Autoconhecimento: olhando para dentro de si*, é composto pelas atividades *Seu Ponto de Partida, Meu Mapa da Energia Diária, Minha Bússola de Interesses* e *Top 3 Valores Inegociáveis*. Essas atividades convidam o estudante a refletir sobre seus sentimentos diante do futuro, seus interesses, seus valores e aspectos de sua rotina, favorecendo o reconhecimento de elementos que podem se relacionar à construção de seus projetos de vida e às escolhas acadêmicas e profissionais. A Figura 4 ilustra a atividade “Minha Bússola de Interesses”, pertencente ao eixo Autoconhecimento.

Figura 4 – Atividade “Minha Bússola de Interesses”



Fonte: A autora (2026).

O segundo eixo, Conhecimento das Profissões: entendendo o mundo do trabalho além do óbvio, tem como foco ampliar o repertório dos estudantes sobre cursos, profissões, trajetórias formativas e mundo do trabalho. Esse eixo é composto pelas atividades Mitos e Verdades sobre o Trabalho, Explorando Profissões e Cursos, Top 3 Profissões, Olhando mais de perto e As Habilidades que te Conectam. Em uma das atividades, são disponibilizados links para plataformas externas de consulta, como o Guia Brasileiro de Ocupações, com o objetivo de favorecer uma postura ativa de pesquisa sobre ocupações, mercado de trabalho, instituições de ensino, formas de ingresso, percursos formativos e outras possibilidades de trajetória. A Figura 5 apresenta um recorte da atividade Explorando Profissões e Cursos, com os cartões de acesso às plataformas externas de consulta.

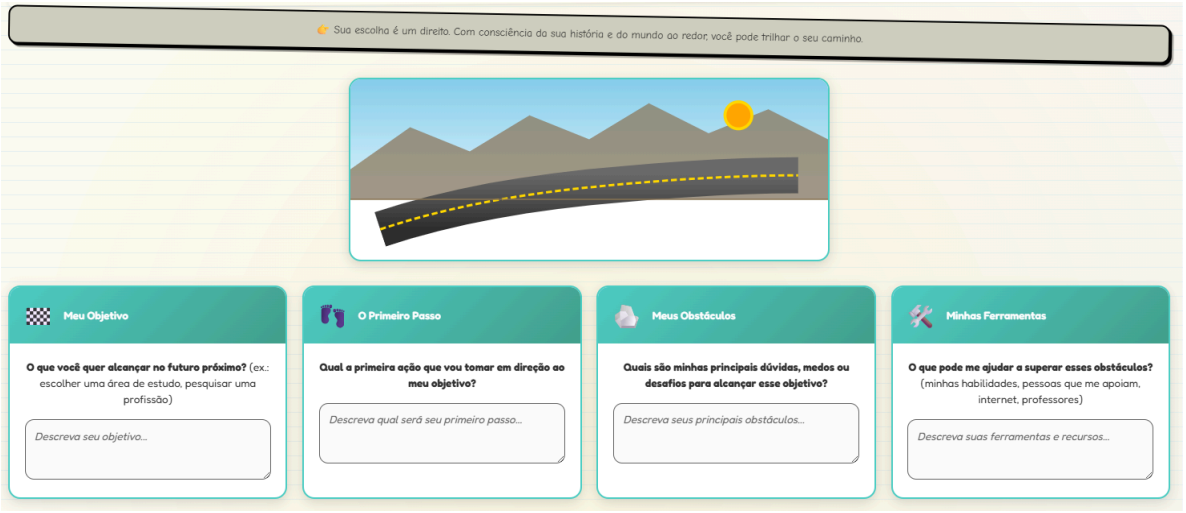
Figura 5 – Recorte da atividade “Explorando Profissões e Cursos”



Fonte: A autora (2026).

O terceiro eixo, As Implicações da Escolha: percebendo que esse caminho é seu, propõe reflexões sobre os fatores que atravessam as escolhas acadêmicas e profissionais, como influências familiares, escolares, sociais, culturais e econômicas. Esse eixo é composto por três atividades: O que mais influencia minhas escolhas? (A Mochila), Pressão de Quem? e O Caminho é Seu. As atividades buscam favorecer a identificação de influências, pressões, apoios, obstáculos e possibilidades de ação diante do futuro acadêmico e profissional, contribuindo para que o estudante reflita sobre suas escolhas de forma crítica e contextualizada, sem reduzi-las a decisões exclusivamente individuais. A Figura 6 apresenta um recorte da atividade “O Caminho é Seu”, com a ilustração e os cartões de acesso que compõem essa proposta.

Figura 6 – Recorte da atividade “O Caminho é Seu”



Fonte: A autora (2026).

Para sintetizar a organização pedagógica da cartilha, a Figura 7 apresenta os três eixos que estruturam o percurso formativo do material, destacando o foco de cada eixo, as atividades correspondentes e sua contribuição para a formação humana integral. Essa sistematização permite visualizar como a cartilha articula autoconhecimento, ampliação de repertório sobre profissões e análise crítica das influências que atravessam as escolhas acadêmicas e profissionais.

Figura 7 – Estrutura pedagógica da cartilha Explorar

EIXO DA CARTILHA	FOCO FORMATIVO	ATIVIDADES	CONTRIBUIÇÃO PARA A FORMAÇÃO HUMANA INTEGRAL
Autoconhecimento: olhando para dentro de si	Reconhecimento de interesses, sentimentos, valores e aspectos da rotina relacionados ao futuro acadêmico e profissional.	Seu Ponto de Partida; Meu Mapa da Energia Diária; Minha Bússola de Interesses; Top 3 Valores Inegociáveis.	Favorece a reflexão sobre si, sobre a própria trajetória e sobre elementos pessoais que atravessam a construção de projetos de vida.

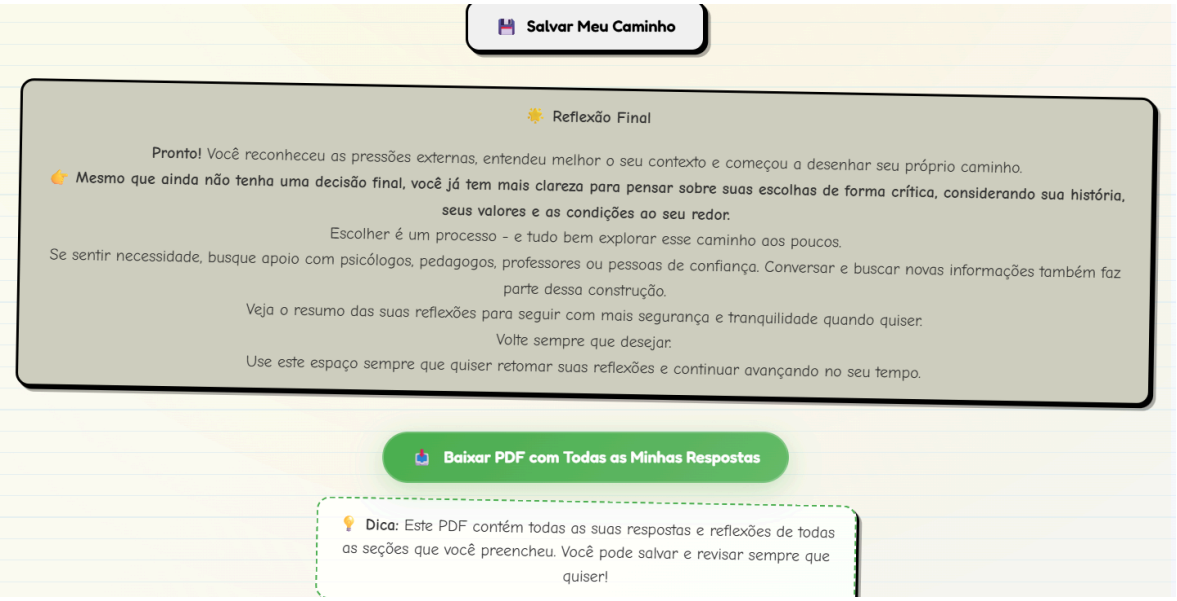
Conhecimento das Profissões: entendendo o mundo do trabalho além do óbvio	Ampliação do repertório sobre cursos, profissões, trajetórias formativas e mundo do trabalho.	Mitos e Verdades sobre o Trabalho; Explorando Profissões e Cursos; Top 3 Profissões; Olhando mais de perto; As Habilidades que te Conectam.	Estimula a busca ativa de informações e a leitura crítica sobre profissões, formação, trabalho e possibilidades de trajetória.
As Implicações da Escolha: percebendo que esse caminho é seu	Análise das influências familiares, escolares, sociais, culturais e econômicas presentes nas escolhas acadêmicas e profissionais.	O que mais influencia minhas escolhas?; Pressão de Quem?; O Caminho é Seu.	Contribui para deslocar a escolha de uma lógica individualizante, favorecendo uma compreensão contextualizada, crítica e não prescritiva dos projetos de vida.

Fonte: A autora (2026).

Conforme sintetizado na Figura 7, os eixos da cartilha foram organizados de modo a favorecer uma progressão reflexiva. O percurso inicia com atividades voltadas ao reconhecimento de aspectos pessoais, avança para a ampliação de informações sobre profissões e mundo do trabalho e culmina na análise das influências que atravessam as escolhas acadêmicas e profissionais. Essa organização busca preservar a coerência da cartilha com a orientação profissional de abordagem sócio-histórica e com a formação humana integral, ao compreender a escolha profissional como processo situado, relacional e atravessado por múltiplos condicionantes.

Quanto ao funcionamento, o material combina textos breves, perguntas reflexivas, campos de preenchimento, alternativas interativas, botões de navegação, links externos, possibilidade de salvamento das respostas ao longo do percurso e recurso de geração de arquivo em formato PDF com os registros realizados nas atividades. Esses recursos permitem que as reflexões sejam retomadas durante o uso do site ou ao final da cartilha, por meio do arquivo gerado com as respostas. A Figura 8 ilustra a seção de encerramento da cartilha, na qual aparecem o botão de navegação “Salvar Meu Caminho”, o campo de reflexão final e a opção de baixar o arquivo em PDF com as respostas.

Figura 8 – Seção de encerramento da cartilha



Fonte: A autora (2026).

O produto pode ser empregado como ferramenta de reflexão sobre escolhas acadêmicas e profissionais e projetos de vida, tanto de forma autônoma pelos estudantes quanto de forma mediada por psicólogos, pedagogos, professores e outros profissionais da educação, em ações de orientação profissional, projeto de vida, acolhimento estudantil e demais atividades pedagógicas relacionadas aos conteúdos da cartilha. Nessas situações, o material pode funcionar como recurso de mediação pedagógica, apoiando práticas educativas e interdisciplinares voltadas à reflexão sobre trajetórias formativas, mundo do trabalho e projetos de vida. Por se tratar de um produto digital, pode ser acessado por computador, tablet ou celular, desde que haja conexão à internet. Sua utilização pode ocorrer de forma gradual, com possibilidade de pausa, salvamento das respostas e retomada das atividades ao longo do percurso.

No capítulo seguinte, são apresentados e discutidos o percurso que fundamentou a elaboração do Produto Educacional, os resultados de seu processo de validação e as reelaborações realizadas até a consolidação da versão final.

5 ANÁLISE DOS DADOS: RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este capítulo apresenta a análise dos dados produzidos ao longo da pesquisa, compreendendo os resultados da investigação diagnóstica e das etapas de elaboração, validação e aprimoramento do Produto Educacional. Parte-se do entendimento de que esse percurso constitui dimensão central dos próprios resultados da investigação, uma vez que a construção da cartilha foi orientada pelos dados produzidos, pelo referencial teórico adotado e pelas contribuições dos participantes envolvidos nas etapas de validação.

O material foi construído com base nos achados da investigação diagnóstica realizada na primeira etapa da pesquisa, na qual o futuro acadêmico e profissional foi identificado como o fator mais frequentemente associado à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado. Também foram considerados o referencial teórico adotado, os princípios da formação humana integral e os pressupostos da orientação profissional de abordagem sócio-histórica. Assim, o capítulo acompanha o percurso de construção, validação e aprimoramento da cartilha, evidenciando como os dados da pesquisa subsidiaram a definição de seu eixo central, sua organização e os ajustes realizados até a consolidação da versão final.

5.1 INVESTIGAÇÃO DIAGNÓSTICA: FATORES ESCOLARES ASSOCIADOS À ANSIEDADE NO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Conforme descrito no percurso metodológico, a investigação diagnóstica constituiu a primeira etapa da pesquisa e teve como finalidade identificar os principais fatores escolares percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas. A síntese dos resultados dessa etapa é apresentada a seguir, com destaque para o futuro acadêmico e profissional, fator mais frequentemente associado à ansiedade pelos participantes e elemento que orientou a construção do Produto Educacional.

Os dados foram produzidos por meio de questionário semiestruturado, composto por itens de caracterização dos participantes, nove questões fechadas, respondidas em escala ordinal de frequência, e uma questão aberta. Os itens de caracterização contemplaram sexo biológico, curso e idade. As questões fechadas

permitiram identificar a frequência com que diferentes situações escolares eram percebidas como associadas à ansiedade, enquanto a questão aberta possibilitou o registro de situações que, eventualmente, não estivessem previstas nas alternativas do instrumento. Para fins analíticos, considerou-se a recorrência da opção “sempre gera ansiedade” como indicativa de maior frequência autorreferida em cada fator investigado. Na análise, observou-se que os registros da questão aberta não constituíram novos fatores autônomos, mas especificaram e qualificaram dimensões já contempladas nas questões fechadas. Por isso, foram mobilizados de forma complementar, com a finalidade de ampliar a compreensão dos dados quantitativos e evidenciar aspectos do cotidiano escolar relacionados às situações investigadas.

As situações avaliadas contemplaram carga horária e volume de estudos, provas e avaliações de desempenho, futuro acadêmico e profissional, ambiente físico da instituição, apresentações e seminários com exposição em público, relacionamento com professores, relacionamento com colegas, dificuldade em compreender o conteúdo das disciplinas e uso ou restrição de dispositivos eletrônicos.

Participaram da investigação diagnóstica 104 estudantes do segundo ano do Ensino Médio Integrado ao Técnico, distribuídos entre sete cursos: Edificações (n = 21; 20,2%), Controle Ambiental (n = 20; 19,2%), Agrimensura (n = 19; 18,3%), Informática para Internet (n = 17; 16,3%), Administração (n = 14; 13,5%), Mecatrônica (n = 9; 8,7%) e Agronegócio (n = 4; 3,8%). Quanto ao sexo biológico, 53 participantes eram do sexo masculino (51%) e 51 do sexo feminino (49%). Em relação à idade, 85 estudantes tinham 16 anos (81,7%), 13 tinham 15 anos (12,5%) e 6 tinham 17 anos (5,8%).

A Tabela 2 apresenta a distribuição percentual das respostas obtidas nas questões fechadas da investigação diagnóstica, organizadas conforme a frequência atribuída pelos estudantes a cada fator escolar investigado.

Tabela 2 – Frequência de ansiedade por fator escolar investigado na etapa diagnóstica

FATOR ESCOLAR INVESTIGADO	NUNCA GERA ANSIEDADE	ÀS VEZES GERA ANSIEDADE	SEMPRE GERA ANSIEDADE
Futuro acadêmico e profissional	3,8%	34,6%	61,5%

Provas e avaliações de desempenho	5,8%	39,4%	54,8%
Apresentações em público/seminários	14,4%	37,5%	48,1%
Dificuldade em compreender o conteúdo das disciplinas	14,4%	49,0%	36,5%
Uso ou restrição de dispositivos eletrônicos	28,8%	36,5%	34,6%
Carga horária e volume de estudos	6,7%	61,5%	31,7%
Ambiente físico institucional	40,4%	47,1%	12,5%
Relacionamento com colegas	55,8%	35,6%	8,7%
Relacionamento com professores	45,2%	47,1%	7,7%

Fonte: A autora (2026).

Os resultados evidenciam que a ansiedade autorreferida pelos estudantes esteve associada a diferentes dimensões do cotidiano escolar, envolvendo preocupações com o futuro acadêmico e profissional, provas e avaliações de desempenho, apresentações em público, carga horária e volume de estudos, dificuldade em compreender os conteúdos, uso ou restrição de dispositivos eletrônicos, relações interpessoais e aspectos relacionados à organização e ao funcionamento da instituição. Esse conjunto de achados indica que, entre os participantes, a ansiedade não se limitou a um fator isolado, mas esteve relacionada à complexidade da experiência escolar nessa modalidade, marcada por demandas acadêmicas, formação técnica, múltiplas responsabilidades e diferentes fontes de tensão, conforme discutido no referencial teórico (Colunga-Rodríguez *et al.*, 2021; Cunha; Martins, 2022; Pacheco; Nonenmacher; Cambraia, 2020).

O fator com maior recorrência da resposta “sempre gera ansiedade” foi o futuro acadêmico e profissional. Dos 104 participantes, 61,5% afirmaram que essa dimensão sempre gera ansiedade, 34,6% indicaram que gera ansiedade às vezes e apenas 3,8% declararam que nunca gera ansiedade. Esse resultado indica que o futuro acadêmico e profissional ocupava lugar significativo entre as demandas percebidas pelos estudantes investigados. Embora o item fechado não permita identificar quais aspectos específicos dessa dimensão foram predominantes, o achado aproxima-se da literatura, segundo a qual a continuidade dos estudos, a escolha profissional, a inserção no mundo do trabalho, a pressão pela definição da

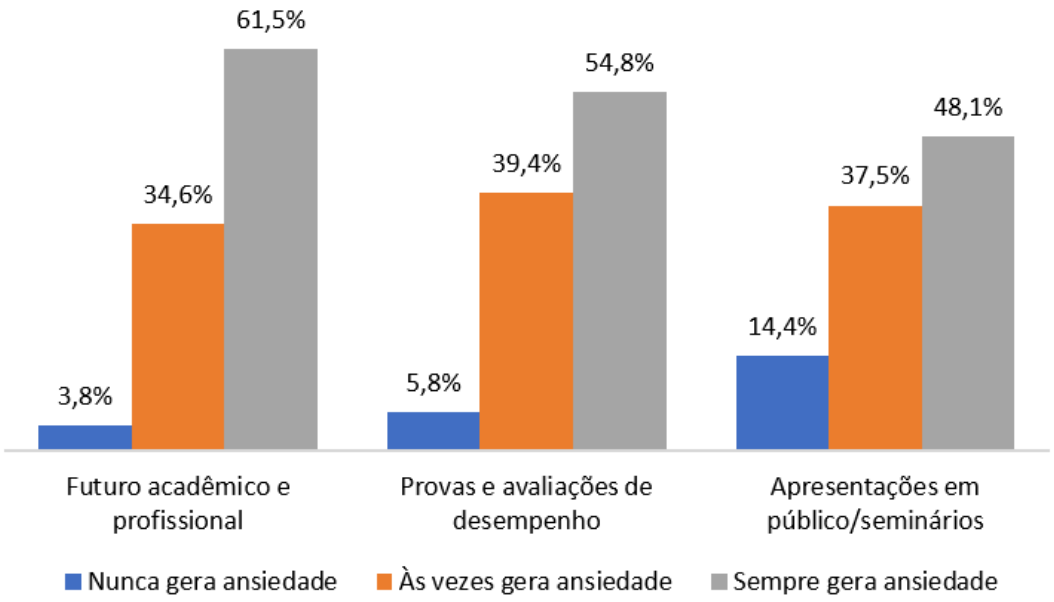
carreira e a influência da família e dos pares podem estar associadas à ansiedade entre jovens estudantes (Rocha *et al.*, 2022; Veras, 2024; Verma; Verma; Kumar, 2021; Zambelli *et al.*, 2025).

O segundo fator com maior recorrência da resposta “sempre gera ansiedade” foi o item referente a provas e avaliações de desempenho. Nessa dimensão, 54,8% dos participantes afirmaram que avaliações sempre geram ansiedade, 39,4% indicaram que geram ansiedade às vezes e 5,8% declararam que nunca se sentem ansiosos diante dessas situações. Esse dado evidencia que as práticas avaliativas foram percebidas por parte expressiva dos estudantes como situações frequentemente associadas à ansiedade, aproximando-se da literatura segundo a qual provas e outras formas avaliativas podem intensificar a ansiedade, com possíveis repercussões no desempenho acadêmico (Andrade; Pires, 2020; Bausela Herreras, 2005; Gonzaga; Silva; Enumo, 2016; Silva *et al.,* 2023; Verma; Verma; Kumar, 2021). Na questão aberta, um registro específico qualificou essa leitura ao indicar que, para um estudante, a aplicação de avaliações não previamente anunciadas intensifica sua ansiedade. Embora não assuma peso quantitativo, esse relato contribui para ampliar a compreensão das situações avaliativas como possíveis situações associadas à ansiedade no cotidiano escolar.

O terceiro fator com maior recorrência da resposta “sempre gera ansiedade” foi o item referente a apresentações em público e seminários. Nessa dimensão, 48,1% dos participantes afirmaram que essas situações sempre geram ansiedade, 37,5% indicaram que geram ansiedade às vezes e 14,4% declararam que nunca se sentem ansiosos diante dessas atividades. Esse dado evidencia que a exposição oral diante de colegas e professores constitui uma situação significativa na experiência escolar dos estudantes investigados. Ainda que a tabela não permita identificar as razões individuais associadas a essa ansiedade, o resultado se aproxima da literatura já discutida, que reconhece as exposições orais e os seminários como práticas recorrentes no cotidiano escolar, mas potencialmente ansiogênicas para parte dos estudantes (Andrade; Pires, 2020; Capellato; Ribeiro; Sachs, 2019; Pontes; Luz, 2024).

A Figura 9 apresenta a distribuição das respostas nos três fatores que registraram maior frequência da opção “sempre gera ansiedade” na investigação diagnóstica.

Figura 9 – Distribuição das respostas dos três fatores mais frequentemente associados à ansiedade na investigação diagnóstica



Fonte: A autora (2026).

A síntese apresentada na Figura 9 evidencia que, no conjunto dos dados analisados, os maiores percentuais da resposta “sempre gera ansiedade” concentraram-se no futuro acadêmico e profissional, nas provas e avaliações de desempenho e nas apresentações em público/seminários. Desse modo, esses fatores assumiram maior destaque na investigação diagnóstica. Entre eles, o futuro acadêmico e profissional apresentou a maior recorrência, contribuindo diretamente para a delimitação da demanda que subsidiou a construção do Produto Educacional.

A dificuldade em compreender o conteúdo das disciplinas, o uso ou restrição de dispositivos eletrônicos e a carga horária e volume de estudos também apresentaram percentuais relevantes da resposta “sempre gera ansiedade”, com 36,5%, 34,6% e 31,7%, respectivamente. Esses resultados indicam que, embora não tenham ocupado as três primeiras posições, tais fatores também compõem o conjunto de situações escolares percebidas como associadas à ansiedade pelos estudantes investigados.

No caso da dificuldade de compreensão dos conteúdos, o resultado indica que a não assimilação dos conteúdos curriculares foi percebida como associada à

ansiedade por parte dos estudantes. Esse achado dialoga com a literatura ao apontar uma relação bidirecional entre ansiedade e aprendizagem: estados ansiosos podem prejudicar a atenção, a memória, o interesse pelas atividades escolares e o desempenho acadêmico, ao passo que dificuldades de aprendizagem também podem intensificar a ansiedade, produzindo um ciclo que fragiliza a trajetória acadêmica do estudante (Colunga-Rodríguez *et al.*, 2021; Kalil; Tinoco; Gomes, 2026; Vital *et al.*, 2024).

Já em relação ao uso ou restrição de dispositivos eletrônicos, o dado sugere que essas situações podem constituir elementos de tensão para parte dos estudantes no cotidiano escolar. Esse resultado deve ser lido com cautela, pois não indica rejeição às tecnologias digitais nem permite identificar separadamente os efeitos do uso e da restrição desses dispositivos, mas evidencia que o uso ou a restrição desses recursos pode se relacionar à ansiedade de alguns estudantes. Tal achado dialoga com a literatura e com a legislação vigente ao reconhecer a necessidade de uso consciente e pedagógico das tecnologias no contexto educacional (Brasil, 2025; Domoff; Foley; Ferkel, 2020; Gerosa; Gui; Büchi, 2022).

Quanto à carga horária e ao volume de estudos, os dados indicam que esse fator foi associado à ansiedade por parte dos estudantes investigados, uma vez que 31,7% assinalaram a opção “sempre gera ansiedade”. Na questão aberta, quatro registros trouxeram elementos complementares ao mencionarem o cansaço após a jornada escolar, a necessidade de realizar tarefas em casa, a sequência extensa de aulas de uma mesma disciplina e a exigência de compreender conteúdos novos em prazos reduzidos. Esses apontamentos permitem observar que, para esses participantes, a ansiedade relacionada à carga horária e ao volume de estudos pode estar relacionada não apenas ao tempo de permanência na instituição, mas também ao acúmulo de demandas e ao ritmo em que os conteúdos são trabalhados. Esse resultado aproxima-se do referencial teórico ao indicar que a intensificação das demandas acadêmicas no Ensino Médio Integrado pode ser vivenciada pelos estudantes como fator de tensão e sobrecarga (Colunga-Rodríguez *et al.,* 2021; Cunha; Martins, 2022; Pacheco; Nonenmacher; Cambraia, 2020).

Entre os fatores que apresentaram os menores percentuais da resposta “sempre gera ansiedade” na escala fechada, destacaram-se o item relativo ao ambiente físico institucional, com 12,5%, seguido do relacionamento com colegas,

com 8,7%, e do relacionamento com professores, com 7,7%. Embora tenham ocupado as últimas posições entre os fatores investigados, esses aspectos não devem ser desconsiderados, pois também compõem a experiência escolar dos estudantes e podem assumir relevância em situações específicas do cotidiano institucional.

A análise da questão aberta permitiu ampliar a compreensão do item relacionado ao ambiente físico institucional, evidenciando que os estudantes não se referiram apenas às condições materiais do espaço escolar, mas também a aspectos da organização e do funcionamento cotidiano da instituição. Entre as situações mencionadas, apareceram longas filas para o almoço, restrições de circulação, limitação de acesso a determinados espaços, troca frequente de professores e ocorrência de aulas vagas. Esses registros sugerem que a vivência do espaço escolar envolve não somente sua estrutura física, mas também a forma como os tempos, os ambientes, as rotinas e os fluxos institucionais são organizados. Essa leitura dialoga com a literatura ao reconhecer que infraestrutura, planejamento e organização escolar adequados constituem elementos relevantes para as condições de aprendizagem, permanência e participação dos estudantes no ambiente educacional (Brasil, 1988, 2014; Vasconcelos *et al.*, 2021).

Quanto ao relacionamento com colegas, os dados fechados indicam que essa dimensão foi uma das menos frequentemente associadas à ansiedade. Ainda assim, as relações entre pares permanecem relevantes para a compreensão da experiência escolar, pois a convivência cotidiana com colegas compõe o ambiente institucional e pode influenciar a forma como os estudantes enfrentam os desafios da vida escolar (Almeida; Silva, 2024; Pacheco; Nonenmacher; Cambraia, 2020).

Em relação ao relacionamento com professores, os registros da questão aberta indicaram que episódios específicos da interação docente-discente foram associados a desconforto por alguns estudantes, como atitudes percebidas como punitivas, impaciência na retomada de conteúdos, exposição do estudante diante da turma, julgamento por atrasos e cobrança excessiva em relação aos conteúdos das disciplinas. Esses relatos não alteram a posição desse fator entre os menos recorrentes na escala fechada, mas permitem observar que determinadas formas de interação pedagógica foram percebidas como associadas à ansiedade por alguns participantes. Essa leitura dialoga com a literatura ao reconhecer que a condução

das aulas, o vínculo entre docentes e discentes e o cuidado nas relações escolares compõem dimensões relevantes da experiência educacional e podem repercutir no bem-estar e na aprendizagem dos estudantes (Almeida; Silva, 2024; Santos; Gondim, 2021).

De modo geral, a investigação diagnóstica revelou que a ansiedade autorreferida pelos participantes esteve associada a diferentes dimensões da vida escolar, envolvendo demandas acadêmicas, práticas avaliativas, exposição pública, dificuldades de aprendizagem, uso ou restrição de dispositivos eletrônicos, relações interpessoais e aspectos da organização institucional. Contudo, entre os fatores investigados, o futuro acadêmico e profissional apresentou a maior recorrência da resposta “sempre gera ansiedade”, o que evidenciou a relevância dessa dimensão para os estudantes participantes e orientou a definição da demanda central a ser contemplada no produto desenvolvido.

A partir da predominância dessa dimensão entre os fatores associados à ansiedade na investigação diagnóstica, a orientação profissional foi definida como eixo do Produto Educacional, uma vez que o referencial teórico a aponta como estratégia de apoio diante da ansiedade relacionada ao futuro profissional e como prática educativa voltada à reflexão crítica sobre escolhas, projetos de vida e condições sociais que atravessam as trajetórias juvenis (Dalanhol; Schlösser, 2021; Jesus; Mello; Avelar, 2020; Ribeiro *et al*., 2024; Veras, 2024).

Assim, os resultados da investigação diagnóstica subsidiaram a construção de uma cartilha interativa de orientação profissional, concebida como recurso educativo voltado a favorecer reflexões sobre escolhas acadêmicas e profissionais, projetos de vida, continuidade dos estudos e inserção no mundo do trabalho. O Produto Educacional não foi proposto como instrumento clínico, diagnóstico, prescritivo ou classificatório, mas como material de apoio reflexivo diante de uma demanda identificada empiricamente no contexto investigado.

5.2 PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL

A construção do Produto Educacional partiu desse encaminhamento produzido pela investigação diagnóstica, na qual o futuro acadêmico e profissional foi apontado como o fator mais frequentemente associado à ansiedade entre os

estudantes participantes. A partir desse resultado, foi delineada a proposta de uma cartilha interativa de orientação profissional, em formato de site, destinada a estudantes do Ensino Médio Integrado e concebida para possibilitar tanto o uso autônomo quanto a utilização em contextos educativos mediados. Conforme percurso metodológico apresentado na seção 3.2, a construção da cartilha envolveu a elaboração de uma primeira versão, sua validação por psicólogos avaliadores, a revisão do material, a validação com estudantes e a consolidação da versão final.

A elaboração do material ocorreu em diálogo com a fundamentação teórica apresentada no Capítulo 2, especialmente com os fundamentos da formação humana integral, com a orientação profissional de abordagem sócio-histórica e com os estudos sobre ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional. Esses referenciais orientaram a definição da finalidade do material, a seleção dos conteúdos, a organização dos eixos, a linguagem adotada e os recursos interativos utilizados. Desse modo, a primeira versão foi concebida como uma proposta educativa e formativa voltada à demanda identificada na investigação diagnóstica, buscando articular reflexão sobre escolhas acadêmicas e profissionais, projetos de vida e mundo do trabalho, sem assumir caráter clínico, prescritivo ou classificatório.

Além da fundamentação teórica, foram consultados materiais complementares, documentos institucionais, plataformas digitais, guias, cartilhas e recursos educativos relacionados aos conteúdos abordados no site. Esses materiais contribuíram para a elaboração das atividades e para a escolha das estratégias de apresentação, sem que houvesse transposição direta de propostas. A primeira versão da cartilha foi posteriormente submetida à validação por psicólogos avaliadores e, após sua revisão, a segunda versão foi submetida à validação pelo público-alvo. O material foi reelaborado a partir das contribuições quantitativas e qualitativas obtidas nas duas etapas. Assim, a construção do Produto Educacional é analisada neste capítulo em sua dimensão processual, considerando as etapas de elaboração, validação e reelaboração discutidas nas seções seguintes.

5.3 VALIDAÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL POR PSICÓLOGOS AVALIADORES

Após a elaboração da primeira versão, a cartilha foi submetida à validação de conteúdo e aparência por psicólogos com experiência em orientação profissional e atuação no contexto escolar. Essa etapa contemplou as dimensões conteúdo, linguagem, ilustrações, *layout*, motivação e adequação sociocultural, permitindo verificar a pertinência do material e reunir contribuições para sua revisão antes da avaliação pelo público-alvo.

A análise quantitativa dos dados da validação por psicólogos avaliadores foi realizada por meio do Índice de Validade de Conteúdo (IVC), conforme descrito na metodologia. Os resultados foram organizados por dimensão, contemplando conteúdo, linguagem, ilustrações, layout, motivação e adequação sociocultural, de modo a permitir a análise dos aspectos avaliados em relação à validação de conteúdo e aparência da cartilha. A Tabela 3 apresenta as respostas agrupadas em discordância e concordância, o IVC por item (IVCi), o IVC por dimensão (IVCd) e o IVC global (IVCg).

Tabela 3 – Avaliação dos psicólogos avaliadores quanto à validação de conteúdo e aparência da cartilha

DIMENSÃO/ITEM	DT + D	C + CT	IVCi	IVCd
1. Conteúdo				**0,88**
1.1 O conteúdo atende ao processo de orientação profissional	1	6	0,86	
1.2 Os títulos e subtítulos estão organizados de forma coerente com os temas abordados	1	6	0,86	
1.3 Os destaques no texto são justificados e acrescentam clareza ou ênfase relevante ao conteúdo	1	6	0,86	
1.4 O conteúdo atende às necessidades do público-alvo	1	6	0,86	
1.5 Há lógica e progressão adequada na sequência do texto	0	7	1,00	
1.6 O conteúdo é relevante para ser informado aos adolescentes	1	6	0,86	
1.7 O conteúdo está correto do ponto de vista científico	1	6	0,86	
2. Linguagem				**0,91**
2.1 A redação está adequada ao nível de compreensão dos estudantes	1	6	0,86	
2.2 A construção das frases é envolvente e não cansativa	1	6	0,86	
2.3 O texto apresenta clareza e objetividade	0	7	1,00	

3. Ilustrações				**0,86**
3.1 As ilustrações são coerentes com os conteúdos abordados	1	6	0,86	
3.2 As imagens são compreensíveis	1	6	0,86	
3.3 A quantidade de imagens é suficiente para apoiar a proposta da cartilha	1	6	0,86	
4. Layout				**0,86**
4.1 O tamanho e o tipo da letra favorecem a leitura	1	6	0,86	
4.2 As cores utilizadas facilitam a leitura	1	6	0,86	
4.3 A disposição dos elementos nas páginas é organizada	1	6	0,86	
4.4 O número de páginas e o volume de conteúdo são adequados	1	6	0,86	
5. Motivação				**0,93**
5.1 O conteúdo é envolvente e estimula o leitor a prosseguir com a leitura	1	6	0,86	
5.2 A cartilha é fácil de entender	0	7	1,00	
6. Adequação sociocultural				**1,00**
6.1 A cartilha respeita e contempla diferentes realidades sociais e culturais dos estudantes	0	7	1,00	
IVC global				**0,89**

Legenda: DT = discordo totalmente; D = discordo; C = concordo; CT = concordo totalmente; IVCi = Índice de Validade de Conteúdo por Item; IVCd = Índice de Validade de Conteúdo por Dimensão; IVCg = Índice de Validade de Conteúdo Global.
Fonte: A autora (2026).

A dimensão Conteúdo apresentou índices satisfatórios de validade, com IVCi entre 0,86 e 1,00 e IVCd igual a 0,88. Esse resultado indica avaliação positiva dos psicólogos quanto à pertinência do material para o processo de orientação profissional, à relevância das informações para o público-alvo, à organização lógica das propostas e à consistência científica do conteúdo.

A dimensão Linguagem apresentou IVCi entre 0,86 e 1,0 e IVCd igual a 0,91, indicando que a redação foi considerada adequada ao nível de compreensão dos estudantes, clara, objetiva e envolvente. Esse aspecto é relevante para uma cartilha que prevê a possibilidade de uso autônomo, pois a compreensão das orientações pode favorecer o acompanhamento das atividades propostas.

As dimensões Ilustrações e Layout apresentaram IVCd igual a 0,86, com IVCi de 0,86 em todos os itens. Os resultados indicam avaliação satisfatória quanto à coerência e compreensibilidade das imagens, ao tipo e ao tamanho da fonte, ao uso das cores, à disposição dos elementos nas páginas e ao volume de conteúdo.

Assim, os aspectos visuais e gráficos foram considerados adequados à proposta do material.

A dimensão Motivação apresentou IVCi entre 0,86 e 1,0 e IVCd igual a 0,93, indicando que o material foi considerado compreensível e com potencial para estimular a continuidade da leitura.

Por fim, a dimensão Adequação Sociocultural apresentou IVCd igual a 1,0, indicando concordância plena dos avaliadores quanto ao respeito às diferentes realidades sociais e culturais dos estudantes.

De modo geral, os resultados quantitativos evidenciaram avaliação satisfatória da cartilha pelos psicólogos avaliadores, uma vez que todos os itens e dimensões apresentaram índices superiores ao ponto de corte adotado na pesquisa (IVC ≥ 0,78) (Lynn, 1986; Polit; Beck, 2006). O IVC global (IVCg) foi igual a 0,89, indicando concordância satisfatória quanto à validade de conteúdo e aparência do Produto Educacional. Embora os índices obtidos não tenham indicado necessidade de exclusão ou reformulação obrigatória de itens, as sugestões e comentários registrados no formulário foram analisados como subsídios para a revisão da cartilha antes da etapa de avaliação com o público-alvo.

Além dos índices quantitativos, foram analisadas as observações e sugestões registradas pelos psicólogos avaliadores nos espaços abertos do instrumento. Essas contribuições foram organizadas em eixos temáticos e examinadas quanto à sua pertinência para a revisão da cartilha. Como todos os itens avaliados apresentaram IVC superior ao ponto de corte adotado, os ajustes realizados não decorreram da inadequação do material, mas de um processo de aprimoramento do Produto Educacional. A análise das contribuições exigiu interpretação da pesquisadora, especialmente diante de comentários mais gerais ou ambíguos, e os encaminhamentos adotados foram definidos considerando os objetivos do produto, os fundamentos teórico-metodológicos da pesquisa e as condições técnicas de implementação. A Figura 10 apresenta a síntese das contribuições por eixos temáticos, enquanto o detalhamento item a item das contribuições dos psicólogos avaliadores e das decisões adotadas encontra-se no Apêndice F.

Figura 10 – Síntese das contribuições qualitativas dos psicólogos avaliadores por eixo de análise

EIXO DE ANÁLISE	SÍNTESE DAS CONTRIBUIÇÕES	ENCAMINHAMENTOS ADOTADOS
Linguagem e clareza da comunicação	Ajustes em textos, enunciados, perguntas e exemplos.	Revisões para tornar a comunicação mais clara e adequada ao uso autônomo.
Layout, legibilidade e recursos visuais	Sugestões sobre fontes, contraste, cores, imagens e animações.	Ajustes visuais, preservando a identidade gráfica do produto.
Usabilidade, navegação e funcionalidades	Correções técnicas e ajustes em campos, links, botões e atividades interativas.	Aprimoramentos na navegação e na interação com o material.
Organização pedagógica e ritmo de uso	Apontamentos sobre extensão, navegação livre, ritmo e exigências das atividades.	Ajustes pontuais, preservando o escopo e a navegação flexível da cartilha.
Fundamentos da orientação profissional	Comentários sobre limites do material, múltiplas trajetórias, não prescrição e busca de apoio.	Ajustes para explicitar a finalidade reflexiva e não diagnóstica da cartilha.

Fonte: A autora (2026).

Esse procedimento se aproxima de estudos de validação de cartilhas e tecnologias educacionais que, além dos indicadores quantitativos de concordância, consideram as sugestões dos avaliadores como subsídio para revisar e aprimorar os materiais produzidos (Lima *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2022).

Um conjunto de contribuições esteve relacionado à linguagem e à clareza da comunicação, incluindo ajustes na redação de textos informativos, enunciados, perguntas reflexivas e exemplos. As sugestões consideradas pertinentes a esse eixo resultaram em revisões textuais voltadas a tornar a comunicação mais clara, direta e adequada à proposta de uso autônomo do site. No caso desta cartilha, os ajustes realizados nos textos buscaram explicitar melhor as ações esperadas em cada atividade, sem descaracterizar o caráter reflexivo do produto.

As contribuições dos avaliadores também contemplaram aspectos relacionados ao layout, à legibilidade e aos recursos visuais da cartilha, envolvendo sugestões de ajustes no tamanho e na padronização das fontes, na melhoria do contraste e do uso das cores, bem como comentários sobre a pertinência de determinadas imagens e animações. A maior parte dessas contribuições foi acatada, resultando em melhorias voltadas à legibilidade e ao conforto visual do material; outras foram analisadas à luz da preservação da identidade visual do produto ou

consideradas previamente contempladas na metodologia, como a avaliação desses aspectos com o público-alvo. Esse eixo dialoga com critérios frequentemente utilizados em instrumentos de validação de materiais educativos, nos quais ilustrações e layout são avaliados quanto à clareza, à organização visual e adequação ao público a que se destinam (Melo Júnior *et al.*, 2024).

Outro eixo de contribuições esteve relacionado à usabilidade, à navegação e ao funcionamento do site, abrangendo sugestões de correção de falhas técnicas, inclusão de recursos e aprimoramento da interação com o material. Esses apontamentos resultaram em ajustes como a correção de campos de escrita, a inclusão de um resumo final das respostas, a unificação de links, a revisão de botões de navegação e o aprimoramento de atividades interativas. Uma sugestão não foi acatada por poder comprometer a área útil de leitura em telas menores. Assim, as contribuições permitiram aprimorar a experiência de uso da cartilha. Em produtos educacionais digitais, aspectos como interface, usabilidade e funcionamento dos recursos integram a própria experiência formativa, pois dificuldades nesses elementos podem comprometer a continuidade do percurso proposto. Essa compreensão dialoga com Menezes e Seabra (2025), ao destacarem a importância de avaliar e aprimorar a interface e a qualidade de uso de ferramentas digitais para que seus objetivos sejam alcançados.

Outro conjunto de contribuições esteve relacionado à organização pedagógica do conteúdo, ao ritmo de uso e às exigências das atividades, envolvendo apontamentos sobre a extensão do material, a navegação entre seções, o ritmo de apresentação dos cards, a quantidade de itens em atividades e o nível de aprofundamento exigido em algumas propostas. Essas contribuições foram analisadas considerando que a cartilha foi concebida para uso autônomo, gradual e flexível, conforme o interesse e o ritmo do estudante. Por isso, algumas sugestões foram incorporadas total ou parcialmente, enquanto outras não foram adotadas por ampliarem o escopo do produto ou por se distanciarem de sua finalidade introdutória e reflexiva. Esse processo permitiu aprimorar as orientações de uso e explicitar que a cartilha não precisava ser percorrida integralmente em uma única sessão, preservando seu caráter autônomo, flexível e exploratório.

As contribuições qualitativas também incidiram sobre aspectos conceituais e teórico-metodológicos da proposta de orientação profissional apresentada na

cartilha. Nesse eixo, foram contemplados comentários sobre os limites do material, o risco de responsabilização individual do estudante, a necessidade de explicitar múltiplas trajetórias formativas e profissionais e a possibilidade de busca de apoio quando necessário. Quando pertinentes, essas contribuições resultaram na reelaboração do encerramento, no ajuste de orientações e no esclarecimento da finalidade reflexiva, não diagnóstica e não prescritiva da cartilha. Esses apontamentos reforçaram a necessidade de preservar a coerência do produto com a perspectiva sócio-histórica da orientação profissional, que compreende a escolha como processo atravessado por determinantes sociais, históricos, econômicos e culturais, sem reduzi-la à vontade individual ou à ideia de uma escolha certa e definitiva (Bock, 2001, 2013).

De modo geral, a validação com psicólogos avaliadores apresentou resultados satisfatórios quanto ao conteúdo e à aparência da cartilha e orientou ajustes pontuais na segunda versão da cartilha, especialmente em linguagem, recursos visuais, usabilidade, organização das atividades e explicitação dos fundamentos da proposta. Esses ajustes preservaram a finalidade reflexiva, a coerência teórico-metodológica e o escopo do produto, posteriormente encaminhado à validação com o público-alvo.

5.4 VALIDAÇÃO DO PRODUTO EDUCACIONAL COM ESTUDANTES

A validação aparente e semântica do Produto Educacional teve como objetivo analisar, a partir da perspectiva do público-alvo, a compreensão, a relevância percebida e a adequação da cartilha interativa de orientação profissional, considerando as dimensões conteúdo, linguagem, ilustrações, *layout* e motivação. Também buscou verificar o potencial percebido do material para favorecer reflexões sobre o futuro acadêmico e profissional e atuar como apoio reflexivo diante das inquietações relacionadas a esse processo.

5.4.1 Caracterização dos estudantes participantes

Participaram da validação aparente e semântica do Produto Educacional 21 estudantes do 2º ano do Curso Técnico em Administração Integrado ao Ensino

Médio do IFTO – *Campus* Palmas. A turma foi selecionada por conveniência, considerando sua vinculação à modalidade de ensino à qual o produto se destina e a viabilidade de aplicação no contexto escolar. Dos 32 estudantes matriculados na turma convidada, 21 aceitaram participar da pesquisa, mediante os procedimentos éticos previstos, correspondendo a 65,6% do grupo convidado.

Considerando os 828 estudantes matriculados no Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – Campus Palmas em 2025, a amostra correspondeu a aproximadamente 2,5% da população-alvo geral do Produto Educacional. Ao considerar apenas os estudantes do 2º ano dessa modalidade, grupo composto por 260 estudantes, esse percentual foi de aproximadamente 8,1%. Esses dados são apresentados apenas para contextualização, sem finalidade de sustentar representatividade estatística, uma vez que a seleção ocorreu por conveniência e adesão voluntária.

Quanto ao perfil dos participantes, os estudantes tinham entre 16 e 17 anos, sendo 10 com 16 anos e 11 com 17 anos. Em relação ao sexo, participaram 18 estudantes do sexo feminino e 3 do sexo masculino. Quanto à experiência prévia com orientação profissional, 16 estudantes afirmaram nunca ter participado de ações dessa natureza, 3 não souberam informar e apenas 2 relataram participação anterior. Embora esse dado não permita generalizações sobre a instituição, indica que, no grupo participante, a orientação profissional ainda não havia se constituído como experiência anterior para a maioria dos estudantes. Esse resultado dialoga com estudos que apontam a presença ainda limitada, pontual ou pouco sistematizada da orientação profissional em instituições escolares brasileiras (Lisboa; Soares, 2018; Melo-Silva; Munhoz; Leal, 2019), bem como com Oliveira (2023), ao discutir a necessidade de ampliar sua inserção no Ensino Médio Integrado, inclusive no contexto dos Institutos Federais.

Também foi investigada a percepção dos estudantes sobre a ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional. Entre os participantes, 11 declararam sentir-se muito ansiosos, 8 afirmaram sentir-se um pouco ansiosos e apenas 2 indicaram não se considerar ansiosos diante dessa questão. Esse resultado indica que a ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional foi autorreferida pela maioria dos participantes, aproximando-se da demanda identificada na investigação diagnóstica que orientou a proposição do Produto Educacional. O

achado dialoga com estudos que apontam a escolha profissional como fator associado à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado (Rocha *et al.*, 2022; Zambelli *et al*., 2025), bem como com Veras (2024), ao discutir que, na adolescência, a necessidade de pensar sobre o futuro e tomar decisões acadêmicas e profissionais pode intensificar dúvidas, inseguranças e sofrimento emocional.

Assim, no grupo participante, a pouca experiência prévia com ações de orientação profissional, associada à presença expressiva de estudantes que se percebem ansiosos diante do futuro acadêmico e profissional, indica a pertinência de recursos educacionais que favoreçam reflexões sobre escolhas acadêmicas, profissionais e projetos de vida no contexto escolar, especialmente no Ensino Médio Integrado.

Para melhor visualização do perfil dos participantes, a Tabela 4 apresenta a síntese dos dados de caracterização dos estudantes que participaram da validação aparente e semântica do Produto Educacional.

Tabela 4 – Caracterização dos estudantes participantes da validação aparente e semântica

VARIÁVEL	*CATEGORIA*	*N*	*%*
Idade	16 anos	10	47,6
	17 anos	11	52,4
Sexo	Feminino	18	85,7
	Masculino	3	14,3
Participação anterior em orientação profissional	Nunca participaram	16	76,2
	Já participaram	2	9,5
	Não souberam informar	3	14,3
Ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional	Muito ansiosos	11	52,4
	Um pouco ansiosos	8	38,1
	Não se consideravam ansiosos	2	9,5

Fonte: A autora (2026).

5.4.2 Análise dos dados da validação aparente e semântica com estudantes

A análise da validação aparente e semântica com estudantes foi realizada por meio do Índice de Validade de Conteúdo (IVC), considerando as respostas atribuídas aos 17 itens do instrumento de avaliação da cartilha. Os resultados foram

organizados nas dimensões conteúdo, linguagem, ilustrações, layout e motivação, permitindo examinar a compreensão, a apresentação e a adequação percebida do Produto Educacional pelo público-alvo. A Tabela 5 apresenta a distribuição das respostas concordantes e discordantes, o IVC por item (IVCi), o IVC por dimensão (IVCd) e o IVC global (IVCg).

Tabela 5 – Avaliação dos estudantes quanto à validação aparente e semântica da cartilha

DIMENSÃO/ITEM	DT + D	C + CT	IVCi	IVCd
1. Conteúdo				**0,97**
1.1 O conteúdo da cartilha me ajudou a pensar sobre meu futuro profissional.	0	21	1,00	
1.2 O conteúdo pode me ajudar em momentos de dúvida sobre o futuro profissional.	0	21	1,00	
1.3 Os trechos em destaque chamam atenção para partes importantes do conteúdo.	2	19	0,90	
1.4 O conteúdo da cartilha é fácil de entender.	0	21	1,00	
1.5 A ordem dos temas na cartilha faz sentido e ajuda na compreensão.	1	20	0,95	
2. Linguagem				**0,97**
2.1 O jeito como o texto está escrito é fácil de entender.	1	20	0,95	
2.2 As frases são leves de ler e não deixam a leitura cansativa.	0	21	1,00	
2.3 O texto é claro e vai direto ao ponto.	1	20	0,95	
3. Ilustrações				**1,00**
3.1 As imagens ajudam a entender melhor o que está sendo explicado.	0	21	1,00	
3.2 As imagens são fáceis de entender.	0	21	1,00	
3.3 A quantidade de imagens é suficiente para acompanhar o conteúdo.	0	21	1,00	
4. Layout				**0,93**
4.1 O tamanho e o tipo da letra ajudam na leitura.	0	21	1,00	
4.2 As cores usadas deixam a leitura mais fácil e agradável.	1	20	0,95	
4.3 O conteúdo está bem organizado nas páginas.	2	19	0,90	
4.4 O tamanho da cartilha está bom e não é cansativo de ler.	3	18	0,86	
5. Motivação				**1,00**
5.1 O conteúdo me deu vontade de continuar lendo a cartilha.	0	21	1,00	
5.2 A cartilha me ajudou a entender melhor o tema.	0	21	1,00	

IVCg	**0,97**

Legenda: DT = discordo totalmente; D = discordo; C = concordo; CT = concordo totalmente; IVCi = Índice de Validade de Conteúdo por Item; IVCd = Índice de Validade de Conteúdo por Dimensão; IVCg = Índice de Validade de Conteúdo Global.
Fonte: A autora (2026).

Na dimensão Conteúdo, os itens apresentaram IVCi entre 0,90 e 1,0, com IVCd igual a 0,97. Os estudantes reconheceram que o material contribui para a reflexão sobre o futuro acadêmico e profissional, auxilia em momentos de dúvida, apresenta conteúdo de fácil compreensão, utiliza destaques relevantes e possui organização temática que favorece o entendimento. Assim, sob a perspectiva do público-alvo, o conteúdo da cartilha mostrou-se pertinente à finalidade proposta e adequado aos estudantes.

A dimensão Linguagem também apresentou índices elevados, com IVCi entre 0,95 e 1,0 e IVCd igual a 0,97. Os estudantes consideraram o texto fácil de entender, claro, direto e com frases leves, que não tornam a leitura cansativa. Esse resultado reforça a adequação da linguagem à proposta de uso autônomo da cartilha, pois a compreensão do conteúdo é condição importante para a interação com o material sem mediação direta.

Quanto às Ilustrações, todos os itens obtiveram IVCi de 1,0, resultando em IVCd igual a 1,0. Esse resultado indica concordância plena dos estudantes quanto à clareza, à compreensibilidade e à suficiência das imagens para apoiar a leitura e as reflexões propostas, sugerindo adequação dos recursos visuais ao Produto Educacional.

Na dimensão Layout, os valores de IVCi variaram de 0,86 a 1,0, com IVCd igual a 0,93. Os estudantes avaliaram positivamente o tamanho e o tipo da fonte, o uso das cores e a organização do conteúdo nas páginas. O item referente ao tamanho da cartilha apresentou o menor índice da dimensão, embora tenha permanecido acima do ponto de corte adotado. Uma possível explicação para esse resultado relaciona-se às condições de aplicação da validação, realizada de forma contínua e concentrada, diferentemente da proposta original do material, concebida para acesso gradual e revisitação ao longo do tempo. Essa interpretação, contudo, deve ser considerada como hipótese, pois o instrumento não investigou diretamente as razões da avaliação atribuída ao item. Ainda assim, a dimensão apresentou validade satisfatória.

Na dimensão Motivação, ambos os itens alcançaram IVCi igual a 1,0, resultando em IVCd igual a 1,0. Os dados indicam que os estudantes se sentiram motivados a prosseguir na leitura e reconheceram a contribuição do material para a compreensão da orientação profissional, o que sugere boa aceitação do produto quanto ao envolvimento e à continuidade do percurso proposto.

De modo geral, a avaliação quantitativa evidenciou validade satisfatória da cartilha pelo público-alvo, uma vez que todas as dimensões e todos os itens apresentaram índices superiores ao ponto de corte adotado na pesquisa (Lynn, 1986; Polit; Beck, 2006; Alexandre; Coluci, 2011). O IVC global (IVCg) foi igual a 0,97, indicando elevado grau de concordância dos estudantes quanto à validade aparente e semântica da cartilha. Por se tratar de uma etapa voltada à percepção do público-alvo, esses achados foram compreendidos como indicativos de validade aparente e semântica da cartilha. Assim, não houve itens quantitativamente reprovados, embora as observações abertas tenham sido consideradas na consolidação da versão final. Para aprofundar a compreensão da avaliação realizada pelo público-alvo, foram analisados também os comentários registrados pelos estudantes nos espaços abertos do instrumento. Para preservar o anonimato, os participantes foram identificados por códigos alfanuméricos, correspondentes a A1, A2, A3, e assim sucessivamente.

Essas observações foram analisadas de forma complementar aos resultados quantitativos, não como indicativos de inadequação do material, mas como subsídios para o aprimoramento da versão final da cartilha. Nesse sentido, foram priorizados ajustes pontuais relacionados à clareza, à organização visual, à navegação, à interação e à usabilidade do material, preservando-se a estrutura geral do produto submetido à validação. Alterações mais amplas foram analisadas com cautela, pois poderiam modificar substancialmente a versão avaliada e demandar nova etapa de validação. As decisões adotadas consideraram os objetivos do Produto Educacional, a proposta de uso autônomo, a viabilidade técnica dos ajustes e a coerência teórico-metodológica da orientação profissional assumida nesta pesquisa.

Por se tratar de uma etapa realizada com o público-alvo, essas contribuições permitiram compreender como os estudantes perceberam as dimensões avaliadas no instrumento, tais como conteúdo, linguagem, ilustrações, layout e motivação,

além de aspectos específicos do uso do site, como navegação, interação com as atividades e expectativas quanto ao tipo de apoio oferecido pela cartilha. Essa análise aproxima-se da compreensão de Fernández-Batanero *et al.* (2025), ao apontarem que intervenções digitais voltadas ao público infantojuvenil precisam estar alinhadas às necessidades dos usuários e ao contexto de utilização.

Para melhor organização dos dados qualitativos, a Figura 11 apresenta a síntese das observações registradas pelos estudantes e dos encaminhamentos adotados na consolidação da versão final da cartilha.

Figura 11 – Síntese das observações qualitativas dos estudantes e encaminhamentos adotados

EIXO	ESTUDANTES	SÍNTESE DO COMENTÁRIO	ENCAMINHAMENTO ADOTADO
Aceitação geral do produto	A2, A7, A8, A9, A10, A11, A12, A13, A14, A19, A21	Avaliações positivas sobre a proposta, o visual, a linguagem, as imagens e a estrutura.	Aspectos gerais mantidos, com ajustes pontuais.
Potencial reflexivo	A8, A13, A19, A21	Percepção de estímulo à reflexão sobre futuro, escolhas e autoconhecimento.	Aspectos mantidos.
Linguagem e abordagem	A14	Avaliação positiva da linguagem acessível, próxima e sem tom excessivamente técnico.	Estilo de linguagem mantido.
Extensão dos textos	A11, A21	Apontamentos sobre quantidade de texto ou detalhamento.	Sem redução estrutural, considerando o uso gradual da cartilha.
Orientação das atividades	A3	Sugestão de explicitar no início, que as respostas poderiam compor um PDF.	Texto inicial revisado.
Campos de resposta	A3	Sugestão de ampliar o espaço para respostas.	Número de caracteres ampliado.
Organização visual	A2, A5	Comentários sobre distribuição do espaço e organização do site.	Ajustes pontuais de uniformização.
Navegação	A6	Sugestão de títulos do que está sendo acessado em cada aba.	Sem alteração, pois a demanda não indicou ajuste preciso.
Uso em celular	A3	Sugestão de indicar, no início, a necessidade de rolagem da tela.	Não implementada, pois a rolagem ocorreu sem impedimentos.
Estrutura das páginas	A21	Sugestão de reorganizar as páginas por abas.	Não incorporada, por exigir reorganização estrutural ampla.

Cores do site	A11, A14, A17	Comentários sobre cores fortes, cansaço visual e sugestão de tons mais neutros.	Vibração das cores reduzida.
Personalização visual	A14	Sugestão de opções de paletas de cores ou temas.	Não incorporada, por ampliar o escopo técnico e gerar variações visuais.
Cores das respostas	A16, A17, A20, A21	Associação do vermelho à ideia de erro ou desconforto.	Cores ajustadas.
Destaque visual	A16	Baixo destaque de alguns elementos.	Sem alteração específica, por ausência de indicação precisa.
Imagens	A17	Sugestão de usar imagens mais elaboradas.	Não alterado, para preservar a identidade visual.
Sobreposição de elementos	A19, A20	Apontamentos de elementos gráficos sobrepostos a textos ou títulos.	Sobreposições corrigidas.
Link externo	A19	Travamento em link externo no celular.	Verificado como problema externo à cartilha.
Atividade “Mitos e Verdades”	A19	Comentário sobre afirmações generalizantes e fechadas.	Afirmações reformuladas.
Expectativa de direcionamento	A15, A18	Sugestões de resultado final, perfil ou indicação de profissões.	Não incorporadas, por incompatibilidade com a proposta da cartilha.

Fonte: A autora (2026).

De modo geral, as observações dos estudantes indicaram boa aceitação da cartilha interativa de orientação profissional, com comentários positivos sobre a proposta, o visual, a linguagem, as imagens, as cores, a estrutura e o cuidado na elaboração do site. Alguns comentários também indicaram que o material favoreceu reflexões sobre futuro acadêmico e profissional, escolhas e autoconhecimento. Essa percepção é coerente com o item “1.2 O conteúdo pode me ajudar em momentos de dúvida sobre o futuro profissional”, que obteve IVCi = 1,0, indicando concordância total dos estudantes quanto ao potencial de apoio da cartilha diante de dúvidas sobre suas trajetórias futuras. Embora a validação não tenha mensurado efeitos sobre a ansiedade, o comentário de A8, ao afirmar que a cartilha “ajudou bastante no controle da minha ansiedade em relação a meu futuro profissional”, indica que, para esse participante, o material foi compreendido como apoio diante da ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional. Esse relato individual não permite concluir que a cartilha produza efeitos sobre a ansiedade, mas se aproxima da

literatura mobilizada nesta pesquisa, que aponta a orientação profissional como possibilidade de intervenção diante de dúvidas, inseguranças e ansiedade relacionadas ao futuro acadêmico e profissional (Dalanhol; Schlösser, 2021; Veras, 2024).

Os apontamentos relacionados à extensão dos textos foram analisados considerando as condições de aplicação da validação com estudantes. Embora A11 e A21 tenham mencionado a quantidade de texto ou o nível de detalhamento como aspectos que poderiam tornar a leitura cansativa, uma possível interpretação é que essa percepção tenha sido influenciada pelo fato de a avaliação ter ocorrido em tempo delimitado, diferentemente da proposta original da cartilha, pensada para uso gradual, autônomo e no ritmo de cada estudante. Por essa razão, optou-se por não reduzir estruturalmente o conteúdo, uma vez que essa alteração poderia modificar o percurso proposto no material. Desse modo, os comentários foram considerados pertinentes para a interpretação dos resultados, mas não implicaram redução da extensão dos textos na versão final.

Em relação à linguagem e à forma de comunicação, os comentários indicaram que a cartilha foi percebida como acessível e próxima dos estudantes. O comentário de A14 é relevante por reconhecer positivamente que a linguagem não se apresentou de modo excessivamente técnico, impessoal ou distante, aspecto que, segundo o estudante, poderia tornar a interação com o site menos confortável. Essa percepção reforça a pertinência de uma escrita clara e acolhedora, compatível com o público adolescente e com a proposta de uso autônomo da cartilha. Ao mesmo tempo, as sugestões relativas à clareza das informações iniciais de uso do site e à ampliação dos campos de resposta resultaram em ajustes pontuais, como a explicitação inicial de que as respostas poderiam compor um arquivo em *Portable Document Format* (PDF) e a ampliação do número de caracteres disponíveis para registro das reflexões.

As contribuições também envolveram aspectos visuais e de *layout,* incluindo organização do espaço, uso das cores, destaque de elementos, imagens e sobreposição de recursos gráficos. A partir desses apontamentos, foram realizados ajustes pontuais na organização visual, na intensidade das cores, nas cores das respostas selecionadas e na correção de sobreposições entre elementos gráficos e textos. Esses encaminhamentos buscaram melhorar as condições de leitura e

interação com o site, mantendo a coerência visual da cartilha. Considerados em conjunto, os apontamentos sobre linguagem, recursos visuais e layout dialogam com Moreira, Nóbrega e Silva (2003), ao ressaltarem que a comunicação em materiais educativos se torna mais efetiva quando texto e recursos visuais são planejados de forma compatível com as características socioculturais do público-alvo.

Nem todas as sugestões relacionadas aos aspectos visuais resultaram em alterações na versão final. A proposta de incluir “opções de paletas de cores, temas, tipo os do WhatsApp”, apresentada por A14, não foi adotada por ampliar o escopo técnico do produto e gerar variações visuais além do planejado para esta pesquisa. A sugestão de A17 de utilizar imagens mais elaboradas também não resultou em substituição das ilustrações, pois se tratou de uma observação pontual e não indicou incompreensão das imagens ou inadequação ao conteúdo. Além disso, outros estudantes avaliaram positivamente o visual e a estrutura do material, como A7, ao afirmar que o site estava “muito bonito e muito fácil de entender”, A10, ao destacar que o material estava “cheio de imagens e cores, muito atrativo”, e A13, ao considerar a cartilha “bem estruturada”. Assim, foram priorizados ajustes pontuais de contraste, cores e sobreposições, sem modificar substancialmente a identidade visual já avaliada pelo público-alvo.

Também foram registradas observações relacionadas à navegação e à estrutura de acesso ao site. A sugestão de A6 sobre a identificação dos títulos nas abas não resultou em alteração, pois a demanda não indicou com precisão qual elemento dificultava a navegação, considerando que as páginas já apresentavam títulos e organização interna por seções. A sugestão de A3 de inserir efeitos visuais para indicar a rolagem da tela no celular também não foi incorporada, por se tratar de um comentário pontual e porque a navegação por rolagem ocorreu sem impedimentos durante a validação. A proposta de A21 de reorganizar as páginas por abas não foi adotada por exigir reformulação ampla da estrutura do produto. Já o travamento relatado por A19 em link externo foi testado posteriormente em computador e celular, sem reprodução do problema, sendo compreendido como ocorrência pontual e externa ao funcionamento interno da cartilha. Assim, optou-se por preservar a estrutura de navegação validada, sem realizar alterações que descaracterizassem o percurso de uso já avaliado.

Um apontamento específico referiu-se à atividade “Mitos e Verdades sobre o Trabalho”, na qual A19 observou que algumas afirmações eram “subjetivas e como dependem de caso a caso não podem ser respondidas como mito ou verdade”. A sugestão foi considerada pertinente e resultou na reformulação de algumas frases da atividade, sem alteração de sua estrutura geral. As mudanças buscaram tornar os enunciados mais precisos, explicitando que a atividade não pretendia reduzir realidades complexas a respostas simplificadas, mas problematizar afirmações absolutas ou generalizantes sobre trabalho, sucesso e escolha profissional. Por exemplo, a frase “Trabalhar em uma grande empresa é o melhor caminho para o sucesso” foi reformulada para “Trabalhar em uma grande empresa é o único caminho para o sucesso”, deixando mais claro que o mito estava na ideia de caminho único. Desse modo, o ajuste procurou reduzir possíveis interpretações imprecisas, preservando a finalidade reflexiva da atividade e sua coerência com uma proposta de orientação profissional reflexiva, crítica e não prescritiva.

Outro conjunto de comentários relacionou-se à expectativa de maior direcionamento ao final da cartilha. A15 sugeriu que o site apresentasse “sugestões de profissões que eu possa me interessar de acordo com as características que eu me identifico”, enquanto A18 propôs “um pequeno texto após as avaliações que caracterize o comportamento do usuário com base na sua resposta”. Essas manifestações pontuais indicam a expectativa de que o material oferecesse respostas mais direcionadas diante das dúvidas sobre o futuro acadêmico e profissional. No entanto, não foram incorporadas porque deslocariam a finalidade da cartilha, concebida como recurso de reflexão, e não como instrumento de indicação de perfis ou profissões. Essa decisão evita aproximar o produto de uma lógica centrada na compatibilização entre características individuais e exigências do mercado, associada às abordagens clássicas de orientação profissional criticadas por Bock (2013), e preserva a proposta de favorecer a apropriação de si, da própria história e do contexto social em que o estudante está inserido (Aguiar; Bock; Ozella, 2011).

A análise das observações abertas dos estudantes permitiu compreender como a cartilha foi recebida pelo público ao qual se destina. Os comentários positivos indicaram aceitação da proposta, da linguagem, da organização visual e do potencial reflexivo do material, enquanto as sugestões registradas apontaram

ajustes pontuais necessários à consolidação da versão final. Nesse processo, foram incorporadas alterações relacionadas à clareza inicial do uso do site, aos campos de resposta, às cores, às sobreposições de elementos e à reformulação de enunciados da atividade “Mitos e Verdades”. Por outro lado, sugestões que implicariam mudanças estruturais amplas ou alteração da finalidade reflexiva do produto não foram adotadas. Dessa forma, a validação aparente e semântica com estudantes contribuiu para consolidar a versão final da cartilha, reforçando sua adequação como material interativo de orientação profissional voltado ao uso autônomo e à reflexão sobre escolhas acadêmicas e profissionais, projetos de vida e possibilidades formativas.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta dissertação teve como objetivo identificar os principais fatores escolares percebidos como associados à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas e, a partir da compreensão desses fatores, desenvolver e validar um Produto Educacional de apoio à reflexão sobre o futuro acadêmico e profissional. A pesquisa partiu de uma demanda identificada na etapa diagnóstica realizada no IFTO – *Campus* Palmas, na qual o futuro acadêmico e profissional se destacou como o fator mais frequentemente associado à ansiedade entre os estudantes participantes. A partir desse resultado, buscou-se elaborar um recurso educativo que favorecesse reflexões sobre escolhas, trajetórias formativas, mundo do trabalho e projetos de vida, em diálogo com a formação humana integral e com a compreensão crítica dos condicionantes que atravessam as juventudes.

Ao retomar a questão de pesquisa à luz dos resultados obtidos e dos limites metodológicos da investigação, os achados indicaram que a cartilha *Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida*, fundamentada na abordagem sócio-histórica, pode constituir um recurso educativo pertinente para apoiar estudantes na reflexão sobre suas trajetórias acadêmicas e profissionais. Essa contribuição, entretanto, deve ser compreendida como possibilidade de apoio educativo e reflexivo, e não como comprovação de redução direta dos níveis de ansiedade, pois a pesquisa não avaliou efeitos clínicos nem mudanças nos indicadores de ansiedade decorrentes.

O desenvolvimento da pesquisa permitiu reafirmar que a ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional não pode ser compreendida como dificuldade exclusivamente individual. No Ensino Médio Integrado, as escolhas dos estudantes são atravessadas por exigências escolares, expectativas familiares, condições socioeconômicas, incertezas sobre o mundo do trabalho e possibilidades concretas de continuidade dos estudos. Por isso, a orientação profissional, quando fundamentada em uma perspectiva sócio-histórica, mostra-se coerente com os princípios da formação humana integral, ao deslocar a escolha profissional de uma lógica individualizante para uma compreensão mais crítica e contextualizada. Nesse sentido, a cartilha contribui para essa perspectiva formativa ao propor atividades que estimulam os estudantes a refletir sobre si, sobre suas trajetórias, sobre o mundo do

trabalho e sobre as condições sociais que atravessam seus projetos de vida, sem reduzir a escolha profissional a uma decisão isolada, técnica ou meramente individual. Nessa perspectiva, a orientação profissional no Ensino Médio Integrado não busca questionar a formação técnica já escolhida, mas ampliar a reflexão dos estudantes sobre continuidade dos estudos, inserção no mundo do trabalho e construção de projetos de vida.

A cartilha foi elaborada em formato digital, com linguagem acessível, atividades reflexivas, recursos visuais e campos interativos. Na validação por psicólogos avaliadores, o IVC global foi igual a 0,89, indicando concordância satisfatória quanto à validade de conteúdo e aparência do Produto Educacional. Na validação aparente e semântica com estudantes, o IVC global foi igual a 0,97, indicando elevado grau de concordância do público-alvo quanto às dimensões avaliadas. As observações abertas registradas nas duas etapas subsidiaram ajustes de linguagem, organização, recursos visuais, navegação e explicitação dos limites do material, contribuindo para a consolidação da versão final.

Como Produto Educacional vinculado ao ProfEPT, a cartilha *Explorar* materializa uma demanda identificada no contexto escolar em um recurso educativo aplicado, acessível e validado. Embora tenha sido validada no IFTO – *Campus* Palmas, foi concebida para estudantes do Ensino Médio Integrado e poderá ser utilizada em outros contextos da EPT, observadas as especificidades de cada instituição e de seu público. Nesse sentido, o material pode contribuir para ações de orientação profissional e para outras atividades relacionadas aos seus conteúdos no contexto da EPT, tanto em uso autônomo pelos estudantes quanto em práticas mediadas por psicólogos, pedagogos, professores e outros profissionais da educação, sem substituir o acompanhamento psicológico, pedagógico, educacional ou especializado quando necessário.

Algumas limitações devem ser reconhecidas. A investigação diagnóstica foi realizada em um contexto específico, com estudantes do 2º ano do Ensino Médio Integrado ao Técnico do IFTO – *Campus* Palmas, o que recomenda cautela na generalização dos resultados. Além disso, a validação com estudantes ocorreu de forma concentrada, diferindo da proposta original de uso gradual do material, e não foram avaliados seus efeitos a longo prazo nem sua influência direta sobre indicadores de ansiedade. A seleção dos participantes por conveniência e a

realização da validação aparente e semântica com estudantes de uma única turma também limitam a extensão das conclusões para outros grupos e contextos.

Como desdobramento, recomenda-se que estudos futuros apliquem a cartilha em outros cursos, séries, campi e instituições da EPT, bem como investiguem seu uso por períodos mais prolongados e em práticas mediadas por profissionais da escola. Também se sugere que o produto passe por atualizações periódicas, considerando mudanças nas demandas dos estudantes, nas formas de acesso à informação e nas dinâmicas do mundo do trabalho. Estudos posteriores também poderão avaliar, por meio de delineamentos específicos, possíveis efeitos do uso da cartilha sobre a reflexão profissional, a tomada de decisão e a ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional.

Por fim, a pesquisa reafirma a necessidade de que a Educação Profissional e Tecnológica considere, em suas práticas educativas, as dimensões subjetivas, sociais e formativas que atravessam as escolhas dos estudantes. Ao desenvolver e validar o Produto Educacional *Explorar*, esta dissertação buscou contribuir para a ampliação de recursos educacionais voltados à orientação profissional no Ensino Médio Integrado, em diálogo com a formação humana integral e com uma perspectiva crítica, contextualizada e não prescritiva das escolhas acadêmicas e profissionais.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, W. M. J.; BOCK, A. M. B.; OZELLA, S. A orientação profissional com adolescentes: um exemplo de prática na abordagem sócio-histórica. In: BOCK, A. M. B.; GONÇALVES, M. G. M.; FURTADO, O. (org.). **Psicologia sócio-histórica**: uma perspectiva crítica em psicologia. São Paulo: Cortez, 2011. p. 163–178.

ALEXANDRE, N. M. C.; COLUCI, M. Z. O. Validade de conteúdo nos processos de construção e adaptação de instrumentos de medidas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 7, p. 3061–3068, jul. 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/5vBh8PmW5g4Nqxz3r999vrn/. Acesso em: 14 maio 2025.

ALMEIDA, K. B.; SILVA, A. L. O processo de adaptação dos estudantes ingressantes no ensino médio integrado: um estudo em um instituto federal de educação. **Formação em Movimento**, v. 6, n. 12, p. 1-38, 2024. Disponível em: https://periodicos.ufrrj.br/index.php/formov/article/view/949. Acesso em: 21 mar. 2025.

ALVES, N. F. T. *et al.* Orientação Profissional com Jovens em Vulnerabilidade Social: Uma Revisão Teórica. **Revista FSA**, Teresina, v. 16, n. 3, art. 13, p. 249-264, maio/jun. 2019. Disponível em: http://www4.unifsa.com.br/revista/index.php/fsa/article/view/1727. Acesso em: 28 jul. 2025.

AMBIEL, R. A. M. *et al.* Análise das ementas de orientação profissional em cursos de psicologia: desafios atuais. **Psicologia Escolar e Educacional**, São Paulo, v. 26, e234849, 2022. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pee/a/hxdVRVhQjzkgx9XkcSC93wd/?lang=pt. Acesso em: 28 jul. 2025.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**: DSM-5-TR. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023.

ANDRADE, A. M.; PIRES, E. U. Avaliação dos níveis de ansiedade dos estudantes da UFRRJ. **Trabalho (En)Cena**, Palmas, v. 5, n. 1, p. 248–268, mar. 2020. Disponível em: https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/7294. Acesso em: 20 mar. 2025.

ANTUNES, Ricardo. **Os sentidos do trabalho:** ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho. 3. ed. São Paulo: Boitempo, 2025.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BATISTA, M. A.; OLIVEIRA, S. M. S. S. Sintomas de ansiedade mais comuns em adolescentes. **PSIC: Revista de Psicologia da Vetor Editora,** São Paulo, v. 6, n. 2, p. 43-50, Jul./dez. 2005. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1676-73142005000200006&script=sci_arttext. Acesso em: 18 maio 2025.

BAUSELA HERRERAS, E. Ansiedad ante los exámenes: evaluación e intervención psicopedagógica. **Educere**, Mérida, v. 9, n. 31, p. 553-557, out./dez. 2005.

Disponível em: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-49102005000400017&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 16 out. 2024.

BOCK, S. D. **Orientação profissional:** a abordagem sócio-histórica. 1. ed. São Paulo: Cortez, 2013. E-book.

BOCK, S. D. **Orientação profissional**: abordagem sócio-histórica. São Paulo: Cortez, 2006.

BOCK, S. D. **Orientação profissional**: avaliação de uma proposta de trabalho na abordagem socio-histórica. 2001. 209 p. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação, Campinas, SP. Disponível em: https://hdl.handle.net/20.500.12733/1589587. Acesso em: 3 ago. 2025.

BORGES, J. A.; NAKAMURA, P. M.; ANDAKI, A. C. R. Alta prevalência de ansiedade e sintomatologia depressiva em adolescentes na pandemia da COVID-19. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S.l.], v. 27, e0287, p. 1–8, 2023. DOI: 10.12820/rbafs.27e0287. Disponível em: https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14973. Acesso em: 18 out. 2024.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. **Lei nº 13.005, de 25 de junho de 2014.** Aprova o Plano Nacional de Educação – PNE e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, edição extra, Brasília, DF, 26 jun. 2014. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/l13005.htm. Acesso em: 10 jul. 2025.

BRASIL. **Lei nº 14.945, de 31 de julho de 2024**. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, a fim de definir diretrizes para o ensino médio. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 1 ago. 2024. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/l14945.htm. Acesso em: 16 jul. 2025.

BRASIL. **Lei nº 15.100, de 13 de janeiro de 2025**. Dispõe sobre a utilização, por estudantes, de aparelhos eletrônicos portáteis pessoais nos estabelecimentos públicos e privados de ensino da educação básica. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 14 jan. 2025. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2025/lei/l15100.htm. Acesso em: 4 jul. 2026.

BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996.** Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 23 dez. 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 16 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: https://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_20dez_site.pdf. Acesso em: 28 jul. 2025.

CAPELLATO, P.; RIBEIRO, L. M. S.; SACHS, D. Metodologias ativas no processo de ensino-aprendizagem utilizando seminários como ferramentas educacionais no

componente curricular Química Geral. **Research**, Society and Development, Vargem Grande Paulista, v. 8, n. 6, e50861090, maio 2019. Disponível em: https://rsdjournal.org/rsd/article/view/1090/909. Acesso em: 28 mar. 2025.

CARVALHO, T. O.; MARINHO-ARAÚJO, C. M. Psicologia escolar e orientação profissional: fortalecendo as convergências. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 219-228, jul./dez. 2010. Disponível em: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=203016849007. Acesso em: 30 abr. 2025.

CASTRO, A. S.; DUARTE NETO, J. H. Ensino Médio Integrado à Educação Profissional e Tecnológica: A Relação Entre o Currículo Integrado e a Prática Pedagógica Docente. **Revista Brasileira da Educação Profissional e Tecnológica**, [S. l.], v. 1, n. 20, e11088, 2021. DOI: https://doi.org/10.15628/rbept.2021.11088. Disponível em: https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/RBEPT/article/view/11088. Acesso em: 18 set. 2024.

CHEN, T. *et al*. Promoting mental health in children and adolescents through digital technology: a systematic review and meta-analysis. **Frontiers in Psychology**, [S. l.], v. 15, art. 1356554, mar. 2024. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1356554. Disponível em: https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1356554/full. Acesso em: 23 fev. 2026.

CIAVATTA, M. A Formação Integrada: a escola e o trabalho como lugares de memória e de Identidade. **Revista Trabalho Necessá**rio, [S. l.], v. 3, n. 3, 2005. DOI: https://doi.org/10.22409/tn.3i3.p6122. Disponível em: https://periodicos.uff.br/trabalhonecessario/article/view/6122. Acesso em: 15 jul. 2025.

COLUNGA-RODRÍGUEZ, C. *et al*. Relación entre ansiedad y rendimiento académico en alumnado de secundaria. **Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 109–116, dez. 2021. Disponível em: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=695273823005. Acesso em: 2 abr. 2025.

COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL SUPERIOR. **Documento de área: Ensino: área 46: 2025-2028**. Brasília, DF: CAPES, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/capes/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/avaliacao/sobre-a-avaliacao/areas-avaliacao/sobre-as-areas-de-avaliacao/colegio-de-ciencias-exatas-tecnologicas-e-multidisciplinar/multidisciplinar/ENSINO_DOCAREA_2025_2028.pdf. Acesso em: 13 mar. 2026.

COSTA, N. G. B. da *et al.* Perspectiva de futuro de adolescentes do ensino médio: análise qualitativa. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, v. 18, n. 2, e15455, 2025. DOI: 10.55905/revconv.18n.2-184. Disponível em: https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/15455. Acesso em: 10 jul. 2025.

CUNHA, N. de B.; MARTINS, C. M. dos S. Ansiedade em adolescentes do ensino médio integrado: análise nos cursos**. Refas: Revista Fatec Zona Sul**, [S. l.], v. 9, n. 1, p. 1–16, 2022. Disponível em:

https://www.revistarefas.com.br/RevFATECZS/article/view/598. Acesso em: 11 nov. 2024.

CUNHA, T. C. *et al.* Análise do vocacional: recriando uma psicologia com favelas, escolhas, jovens. **Revista Polis e Psique**, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 118–139, 2018. DOI: 10.22456/2238-152X.74396. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/index.php/PolisePsique/article/view/74396. Acesso em: 30 abr. 2025.

DALANHOL, J.; SCHLÖSSER, A. Relato de experiência: orientação profissional e manejo de ansiedade em uma escola privada no município de Fraiburgo-SC. **Seminário de Iniciação Científica e Seminário Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão (SIEPE)**, [S. l.], e28533, 2021. Disponível em: https://periodicos.unoesc.edu.br/siepe/article/view/28533. Acesso em: 24 mar. 2025.

DOAK, C. C.; DOAK, L. G.; ROOT, J. H. **Teaching patients with low literacy skills**. 2. ed. Philadelphia: J. B. Lippincott, 1996.

DOMOFF, S. E.; FOLEY, R. P.; FERKEL, R. C. Addictive phone use and academic performance in adolescents. **Human Behavior and Emerging Technologies**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 33-38, jan. 2020. Disponível em: https://sarahdomoff.com/wp-content/uploads/2020/03/domoff.etal_.2019.APU_.pdf. Acesso em: 8 abr. 2025.

FÁVERO, A. A.; OLIVEIRA, J. C.; FARIA, T. L. de. Crítica as “Medições” em Educação à Luz da Teoria das Capacidades: A Meritocracia que Reforça a Desigualdade. **Revista Internacional de Educação Superior**, Campinas, v. 8, e022024, ago. 2022. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2446-94242022000100214&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 13 jul. 2025.

FERNÁNDEZ-BATANERO, J. M. *et al*. Effectiveness of Digital Mental Health Interventions for Children and Adolescents. **Children**, Basel, v. 12, n. 3, art. 353, mar. 2025. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11941436/. Acesso em: 15 maio 2026.

FERREIRA, D. F. **Desafios da orientação educacional na educação integral em Rondônia**: uma perspectiva sob o olhar da educação integral politécnica. 2018. 150 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal de Rondônia, Porto Velho, 2018. Disponível em: https://ri.unir.br/jspui/handle/123456789/3427/. Acesso em: 03 mar. 2025.

FERREIRA, S.; AZEVEDO, R. Orientação profissional e formação humana integral na educação profissional técnica de nível médio. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 107–129, 2020. DOI: https://doi.org/10.36524/profept.v4i1.488. Disponível em: https://ojs.ifes.edu.br/index.php/ept/article/view/488. Acesso em: 19 jul. 2025.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 25. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2002. (Coleção Leitura).

FRIGOTTO, G. Teoria e práxis e o antagonismo entre a formação politécnica e as relações sociais capitalistas. **Trabalho, Educação e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 7, supl. 1, p. 67–82, 2009. Disponível em:

https://www.scielo.br/j/tes/a/zQ8Gc4nzkz3y5kSfcxqdRZk/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 11 jul. 2025.

GALINDO NETO, N. M. *et al*. Primeiros socorros na escola: construção e validação de cartilha educativa para professores. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 87–93, jan. 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ape/a/MSchgJRB6rds7HHx4TbWZ9B/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 11 jul. 2025.

GALINDO NETO, N. M. **Tecnologia educativa para professores sobre primeiros socorros**: construção e validação. 2015. 131 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2015. Disponível em: https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/13998. Acesso em: 7 maio 2026.

GEROSA, T.; GUI, M.; BÜCHI, M. Smartphone use and academic performance: a pervasiveness approach beyond addiction. **Social Science Computer Review**, Thousand Oaks, v. 40, n. 6, p. 1542–1561, dez. 2022. Disponível em: https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/08944393211018969. Acesso em: 8 abr. 2025.

GONZAGA, L. R. V.; SILVA, A. M. B.; ENUMO, S. R. F. Ansiedade de provas em estudantes do ensino médio. **Psicologia em Argumento**, Curitiba, v. 34, n. 84, p. 76-88, jan./mar. 2016. Disponível em: https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/23309. Acesso em: 18 out. 2024.

GROLLI, V.; WAGNER, M. F.; DALBOSCO, S. N. P. Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, v. 9, n. 1, p. 87-103, jan./jun. 2017. DOI: https://doi.org/10.18256/2175-5027.2017.v9i1.2123. Disponível em: https://seer.atitus.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/2123. Acesso em: 19 set. 2024.

GUERRA, A. de L. e R. Metodologia da pesquisa científica e acadêmica. **Revista OWL: REVISTA INTERDISCIPLINAR DE ENSINO E EDUCAÇÃO**, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 149–159, 2023. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.8240361. Disponível em: https://www.revistaowl.com.br/index.php/owl/article/view/48. Acesso em: 17 jul. 2026.

HÄFELE, C. A. *et al*. Prevalence of depression and anxiety and associated factors among students in southern Brazil: results from Respire study. **ABCS Health Sciences**, [S. l.], v. 49, e024210, jun. 2024. DOI: https://doi.org/10.7322/abcshs.2023001.2257. Disponível em: https://www.portalnepas.org.br/abcshs/article/view/2257. Acesso em: 12 fev. 2026.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Educação 2024**. Rio de Janeiro: IBGE, 2025a. 16 p. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv102180_informativo.pdf. Acesso em: 10 jul. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua**: primeiro trimestre de 2025. Indicadores IBGE. Rio de Janeiro: IBGE, 2025b. Disponível em: https://ftp.ibge.gov.br/Trabalho_e_Rendimento/Pesquisa_Nacional_por_Amostra_de

_Domicilios_continua/Trimestral/Fasciculos_Indicadores_IBGE/2025/pnadc_202501_trimestre_caderno.pdf. Acesso em: 20 jul. 2026.

INSTITUTO FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO. **Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica em Rede Nacional (ProfEPT):** Regulamento geral. Vitória: IFES, 2023. Disponível em: https://profept.ifes.edu.br/regulamentoprofept. Acesso em: 17 jul. 2026.

JESUS, R.; MELLO, S. C. R. P.; AVELAR, K. E. S. Qualificação dos estudantes do ensino médio para acesso ao mercado de trabalho: uma experiência na comunidade da Maré. **Acta Scientiarum. Human and Social Sciences**, v. 42, n. 1, e52696, 2020. Disponível em: https://www.redalyc.org/journal/3073/307364329015/307364329015.pdf. Acesso em: 28 mar. 2025.

KALIL, E. C.; TINOCO, L. V. D.; GOMES, A. T. Os impactos da ansiedade no processo ensino-aprendizagem: uma abordagem pedagógica. **Congresso de Interdisciplinaridade do Noroeste Fluminense**, [S. l.], v. 6, n. 1, 2026. Disponível em: https://anais.eventos.iff.edu.br/index.php/coninfitaperuna/article/view/2365. Acesso em: 17 jul. 2026.

KAUARK, F.; MANHÃES, F. C.; MEDEIROS, C. H. **Metodologia da pesquisa**: guia prático. Itabuna: Via Litterarum, 2010. 88 p.

KONZEN, J.; NASCIMENTO, L. A. Orientação Profissional: Projetos de Vida. **Vivências**, v. 17, n. 32, p. 361–375, jan./jun. 2021. DOI: 10.31512/vivencias.v17i32.393. Disponível em: http://revistas.uri.br/index.php/vivencias/article/view/393. Acesso em: 28 jul. 2025.

LEITE, P. S. C. Proposta de avaliação coletiva de materiais educativos em mestrados profissionais na área de ensino. **Campo Abierto**, v. 38, n. 2, p. 185-198, 2019. Disponível em: https://dehesa.unex.es/server/api/core/bitstreams/0524a29c-26c2-4b43-91d1-60c42297b9e6/content. Acesso em: 20 jul. 2026.

LIMA, A. C. M. A. C. C. *et al.* Construção e Validação de cartilha para prevenção da transmissão vertical do HIV. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 30, n. 2, p. 181–189, mar./abr. 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ape/a/SBDGBgkRwk4QGnwNnsKnSCs/?format=html&lang=pt. Acesso em: 18 maio 2026.

LIMA, E. B. *et al.* Perejivânie (Vivência) na prática de Orientação Profissional: contribuições da Psicologia Histórico-Cultural. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Campinas, v. 21, n. 2, p. 151-161, dez. 2020. DOI: 10.26707/1984-7270/2020v21n203. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902020000200004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 30 abr. 2025.

LISBOA, M. D.; SOARES, D. H. P. **Orientação profissional em ação**: formação e prática de orientadores. São Paulo: Summus, 2018. v. 2.

LOBIONDO-WOOD, G.; HABER, J. **Nursing Research:** methods and critical appraisal for evidence-based practice. 10. ed. St. Louis: Elsevier, 2021.

LUCCHIARI, D. H. P. S. **Pensando e vivendo a orientação profissional**. São Paulo: Summus, 1993.

LYNN, M. R. Determination and quantification of content validity. **Nursing Research**, Philadelphia, v. 35, n. 6, p. 382-386, nov./dez. 1986. Disponível em: https://journals.lww.com/nursingresearchonline/citation/1986/11000/determination_and_quantification_of_content.17.aspx. Acesso em: 13 maio 2025.

MACHADO, Y. F.; OLIVEIRA, F. K. de. Orientação profissional, gamificação e educação profissional e tecnológica: uma revisão sistemática de literatura. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, [S. l.], v. 3, n. 1, p. 108-126, 2019. DOI: https://doi.org/10.36524/profept.v3i1.380. Disponível em: https://ojs.ifes.edu.br/index.php/ept/article/view/380. Acesso em: 30 jul. 2025.

MANDELLI, M. T.; SOARES, D. H. P.; LISBOA, M. D. Juventude e projeto de vida: novas perspectivas em orientação profissional. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 63, n. esp., p. 49-57, 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672011000300006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 26 jul. 2025.

MARINHO, A. C. F. *et al.* Prevalência e fatores associados ao medo de falar público. **CoDAS**, [S. l.], v. 31, n. 6, e20180266, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/codas/a/h5YK3qBbgqY7pQnbJxHWQrP/?lang=pt. Acesso em: 29 mar. 2025.

MARTINS, C. M. dos S.; CUNHA, N. de B. Ansiedade na adolescência: o ensino médio integrado em foco. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, [S. l.], v. 5, n. 1, p. 41-61, 2021. Disponível em: https://ojs.ifes.edu.br/index.php/ept/article/view/832. Acesso em: 18 set. 2024.

MARTINS, F. A. R. e*t al.* Construção e Validação de Tecnologia Educativa para Orientação Nutricional de Pessoas com Hanseníase. **Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia**, [S. l.], v. 12, n. 1, p. 3869-3877, 2024. DOI: https://doi.org/10.16891/2317-434X.v12.e1.a2024.pp3869-3877. Disponível em: https://interfaces.unileao.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/1520. Acesso em: 13 maio 2026.

MARX, K. **O capital**. 7. ed. Rio de Janeiro: LTC, 1985.

MELLO, N. C. *et al.* Construção e validação de cartilha educativa para dispositivos móveis sobre aleitamento materno. **Texto & Contexto - Enfermagem**, Florianópolis, v. 29, e20180492, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/tce/a/PDgsFRtLyrRdNv54W6Zkt9p/?lang=en. Acesso em: 13 maio 2026.

MELO JÚNIOR, E. B. de et al. Desenvolvimento e validação de aplicativo para estimular a prática de exercícios físicos em adolescentes. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, [S. l.], v. 17, n. 3, e5887, 2024. DOI: https://doi.org/10.55905/revconv.17n.3-327. Disponível em: https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/5887. Acesso em: 13 maio 2026.

MELO-SILVA, L. L.; JACQUEMIN, A. **Intervenção em orientação vocacional/profissional**: avaliando resultados e processos. São Paulo: Vetor, 2001.

MELO-SILVA, L. L.; LASSANCE, M. C. P.; SOARES, D. H. P. A orientação profissional no contexto da educação e trabalho. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 31-52, dez. 2004. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902004000200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 28 jul. 2025.

MELO-SILVA, L. L.; MUNHOZ, I. M. S.; LEAL, M. S. Orientação profissional na educação básica como política pública no Brasil. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Florianópolis, v. 20, n. 1, p. 3-18, jan./jun. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902019000100002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 30 jul. 2025.

MENDES, D. B. *et al*. Prevalência e Perfil dos Transtornos de Ansiedade no Tocantins: estudo epidemiológico de 2014 A 2024. **Revista CPAQV: Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, [S. l.], v. 17, n. 2, p. 9, 2025. DOI: https://doi.org/10.36692/V17N2-33. Disponível em: https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/2905. Acesso em: 15 abr. 2026.

MENEZES, A. N.; SEABRA, R. D. Avaliação da usabilidade de uma plataforma web gamificada para o estudo da Unified Modeling Language. **RENOTE**, Porto Alegre, v. 23, n. 1, p. 357-370, 2025. DOI: https://doi.org/10.22456/1679-1916.149282. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/index.php/renote/article/view/149282. Acesso em: 4 maio 2026.

MOREIRA, M. F.; NÓBREGA, M. M. L. da; SILVA, M. I. T. da. Comunicação escrita: contribuição para a elaboração de material educativo em saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 56, n. 2, p. 184-188, mar./abr. 2003. Disponível em: https://www.scielo.br/j/reben/a/cmSgrLLkvm9SKt5XYHZBD6R/?lang=pt. Acesso em: 5 maio 2026.

MOURA, D. H.; LIMA FILHO, D. L.; SILVA, M. R. Politecnia e formação integrada: confrontos conceituais, projetos políticos e contradições históricas da educação brasileira. **Revista Brasileira de Educação**, v. 20, n. 63, p. 1057-1080, out./dez. 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbedu/a/XBLGNCtcD9CvkMMxfq8NyQy/?lang=pt. Acesso em: 4 abr. 2025.

MOURA, M. I. L. de *et al.* Cartilha sobre prevenção do uso de drogas para adolescentes. **Revista de enfermagem UFPE On Line**, Recife, v. 13, n. 4, p. 1106-1114, abr. 2019. Disponível em: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1021226. Acesso em: 13 maio 2025.

OLIVEIRA, F. M. **Orientação profissional no Ensino Médio Integrado**: potencialidades, desafios e possibilidades. 2023. 18 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Ciências Biológicas) – Instituto Federal Goiano, Campus Ceres, Ceres, 2023. Disponível em: https://repositorio.ifgoiano.edu.br/handle/prefix/4047. Acesso em: 30 jul. 2025.

OLIVEIRA, G. C. G.; BORUCHOVITCH, E. Ansiedade entre estudantes do ensino médio, gênero e escolaridade: contribuições para a educação. **Revista Educação em Questão**, Natal, v. 59, n. 62, p. 1-22, e26453, out./dez. 2021. DOI:

https://doi.org/10.21680/1981-1802.2021v59n62ID26453. Disponível em: https://periodicos.ufrn.br/educacaoemquestao/article/view/26453. Acesso em: 18 set. 2024.

OLIVEIRA, M. S. de. **Autocuidado da mulher na reabilitação da mastectomia**: estudo de validação de aparência e conteúdo de uma tecnologia educativa. 2006. 114 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2006. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/1972. Acesso em: 14 maio 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Mental health of adolescents**. Genebra: World Health Organization, 1 set. 2025a. Disponível em: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health. Acesso em: 26 abr. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **World mental health today:** latest data. Genebra: WHO, 2025b. Disponível em: https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/31714489-1345-4439-8b37-6cbdc52e15ca/content. Acesso em: 23 abr. 2026.

PACHECO, F. A.; NONENMACHER, S. E. B.; CAMBRAIA, A. C. Adoecimento mental na educação profissional e tecnológica: o que pensam os estudantes concluintes de cursos técnicos integrados. **Revista Brasileira da Educação Profissional e Tecnológica**, [S. l.], v. 1, n. 18, e9173, 2020. DOI: https://doi.org/10.15628/rbept.2020.9173. Disponível em: https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/RBEPT/article/view/9173. Acesso em: 11 nov. 2024.

POLIT, D. F.; BECK, C. T. The content validity index: are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. **Research in Nursing & Health**, Hoboken, v. 29, n. 5, p. 489–497, out. 2006. DOI: https://doi.org/10.1002/nur.20147. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16977646/. Acesso em: 14 maio 2025.

POLIT, D. F.; BECK, C. T. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem**. 7. ed. Porto Alegre: Artmed, 2011.

PONTES, G. N.; LUZ, F. A. Como apresentar um seminário? Uma proposta de intervenção para alunos do Ensino Médio de Coari-AM. **RECIMA21: Revista Científica Multidisciplinar**, [S. l.], v. 5, n. 10, e5105741, 2024. DOI: https://doi.org/10.47820/recima21.v5i10.5741. Disponível em: https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/5741. Acesso em: 28 mar. 2025.

RIBEIRO, F. L. **Ansiedade na escola:** desempenho e dificuldades na aprendizagem de adolescente. Orientadora: Vívian da Silva Lobato. 2022. 18 f. Trabalho de Curso (Licenciatura em Pedagogia) – Faculdade de Educação e Ciências Sociais, Campus Universitário de Abaetetuba, Universidade Federal do Pará, Abaetetuba, 2022. Disponível em: https://bdm.ufpa.br/jspui/handle/prefix/4478. Acesso em: 31 mar. 2025.

RIBEIRO, L. S.; COSTA, S. L.; COSTA, C. V. Juventude, escola e trabalho: percepções de alunos concluintes e egressos sobre os objetivos do ensino médio integrado ao técnico. **Latin American Journal of Business Management**, [S. l.], v.

15, n. 1, 2024. DOI: https://doi.org/10.69609/2178-4833.2024.v15.n1.a776. Disponível em: https://www.lajbm.com.br/journal/article/view/776. Acesso em: 24 mar. 2025.

RIBEIRO, R. B. *et al.* Psicologia como Ferramenta de Intervenção nas Escolas. **Seminário de Iniciação Científica e Seminário Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão (SIEPE)**, [S. l.], e35834, 2024. Disponível em: https://periodicos.unoesc.edu.br/siepe/article/view/35834. Acesso em: 23 mar. 2025.

ROCHA, J. B. A. *et al.* Ansiedade em Estudantes do Ensino Médio: Uma Revisão Integrativa da Literatura. **ID on line. Revista de Psicologia**, v. 16, n. 60, p. 141-158, maio 2022. DOI: https://doi.org/10.14295/idonline.v16i60.3418. Disponível em: https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3418/5331. Acesso em: 12 nov. 2024.

ROCHA, S. P. *et al.* Saúde mental na adolescência: construção e validação de uma tecnologia educacional para promoção da saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, n. 5, e20201023, ago. 2021. Disponível em: https://reben.com.br/wp-content/plugins/xml-to-html/include/lens/index.php?xml=1984-0446-reben-74-05-e20201023-1023.xml&lang=pt-br. Acesso em: 13 maio 2026.

RODRIGUES, F. de A. A.; NASCIMENTO, F. H. dos S. Mecanismo da ansiedade e do medo: relação com o indivíduo. **Caderno Pedagógico**, [S. l.], v. 18, n. 1, 2021. Disponível em: https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/1418. Acesso em: 12 nov. 2024.

ROSA, C. L.; LUZ, C. L. M. da. Orientação Profissional para Adolescentes: uma experiência do IFC Campus Santa Rosa do Sul. In: NEGREIROS, F.; SOUZA, M. P. R. de (org.). **Práticas em psicologia escolar**: do ensino técnico ao superior. Teresina: EDUFPI, 2017. v. 3, p. 163-181. Disponível em: https://www.ufpi.br/arquivos_download/arquivos/EDUFPI/VOLUME-03.pdf. Acesso em: 3 jun. 2025.

ROSSETO, M. L. R. *et al*. Escolha profissional e adolescência: velhas questões, novas reflexões. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 3, e56611326907, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i3.26907. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/26907. Acesso em: 12 jul. 2025.

ROSSI, W.; FAVRETTO, L. Ansiedade e adolescência: suas implicações na escolha profissional. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, v. 7, n. 7, p. 115-140, jul. 2022. Disponível em: https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/ansiedade-e-adolescencia. Acesso em: 9 jul. 2025.

SANTOS, J. L. G. dos *et al.* Integração entre dados quantitativos e qualitativos em uma pesquisa de métodos mistos. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 26, n. 3, e1590016, 2017. DOI: https://doi.org/10.1590/0104-07072017001590016. Disponível em: https://www.scielo.br/j/tce/a/cXFB8wSVvTm6zMTx3GQLWcM/. Acesso em: 16 maio 2025.

SANTOS, K. M. R.; AZEVEDO, R. A.; LIMA, R. A. S. Transtornos depressivos e de ansiedade em estudantes do ensino médio. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 12, n. 5, e8912541539, 2023. DOI: https://doi.org/10.33448/rsd-v12i5.41539.

Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/41539. Acesso em: 21 out. 2024.

SANTOS, M. M. dos; GONDIM, L. S. de S. Contribuições da relação professor-aluno no cuidado à saúde mental de estudantes: revisão da literatura de 2015 a 2020. **Construção psicopedagógica**, São Paulo, v. 30, n. 31, p. 82-100, 2021. DOI: https://doi.org/10.37388/CP2021/v30n31a06. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-69542021000200009&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 29 mar. 2025.

SASSI, L. A.; ISLAM, M. J. A. Sistema informatizado para a escolha profissional em adolescentes do Ensino Médio. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, Campinas, v. 21, n. 2, p. 163-175, jul./dez. 2020. DOI: https://doi.org/10.26707/1984-7270/2020v21n204. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902020000200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 30 abr. 2025.

SAVIANI, D. Trabalho e educação: fundamentos ontológicos e históricos. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 34, p. 152-165, jan./abr. 2007. DOI: https://doi.org/10.1590/S1413-24782007000100012. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbedu/a/wBnPGNkvstzMTLYkmXdrkWP/. Acesso em: 15 abr. 2025.

SILVA, C. M. B. da. Educação, trabalho e formação humana no ensino médio integrado: uma análise dos planos pedagógicos dos cursos do IFPB/*Campus* Guarabira e Campus Sousa. **Revista Brasileira da Educação Profissional e Tecnológica**, [S. l.], v. 1, n. 20, e10527, 2021. DOI: https://doi.org/10.15628/rbept.2021.10527. Disponível em: https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/RBEPT/article/view/10527. Acesso em: 18 set. 2024.

SILVA, F. R. R. *et al.* Construção e validação de cartilha para cuidados paliativos domiciliares após alta hospitalar. **Acta Paulista de Enfermagem**, [S. l.], v. 35, eAPE028112, 2022. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ape/a/jkPwcfF9jW56FpFSmZrpjpJ/?lang=pt. Acesso em: 18 maio 2026.

SILVA, P. G. N. *et al*. Ansiedade cognitiva de provas e procrastinação acadêmica: um estudo com universitários do Brasil. **DEDICA: Revista de Educação e Humanidades**, [S. l.], n. 21, p. 415-439, 2023. DOI: https://doi.org/10.30827/dreh.21.2023.28783. Disponível em: https://revistaseug.ugr.es/index.php/dedica/article/view/28783. Acesso em: 16 out. 2024.

SOUZA, C. M. de. **Ansiedade e desempenho escolar no ensino médio integrado**. 2020. 80 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade do Vale do Sapucaí, Pouso Alegre, 2020. Disponível em: https://www.fuvs.br/api/file/9b0eccb01bbb4c624fe8c2d704dd0193f67e053300000000000000000240.pdf. Acesso em: 21 mar. 2025.

SUZIGAN, M. S. *et al*. Neurobiologia dos transtornos de ansiedade. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 7, n. 1, p. 6109-6130, 2024. DOI: https://doi.org/10.34119/bjhrv7n1-492. Disponível em:

https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/67366. Acesso em: 18 set. 2024.

TEODORO, V. **Orientação profissional**: uma proposta para estudantes de cursos técnicos integrados ao ensino médio. 2021. 174 f. Dissertação (Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica) – Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica, Instituto Federal de Mato Grosso do Sul, Campus Campo Grande, Campo Grande, MS, 2021. Disponível em: https://sucupira-legado.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.xhtml?popup=true&id_trabalho=10979678. Acesso em: 18 maio 2025.

VASCONCELOS, J. C. *et al.* Infraestrutura escolar e investimentos públicos em Educação no Brasil: a importância para o desempenho educacional. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, v. 29, n. 113, p. 874–898, out./dez. 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/S0104-40362020002802245. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ensaio/a/w9HwRXMQ3FVZ9fzJJKBgLLt/?format=html&lang=pt. Acesso em: 26 mar. 2025.

VERAS, J. C. L. Orientação Profissional: As expectativas dos pais e o comportamento ansioso dos alunos que se preparam para o Exame Nacional do Ensino Médio. **Revista Cedigma**, [S. l.], v. 2, n. 2, p. 1-22, jun. 2024. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.12175930. Disponível em: https://revistacedigma.cedigma.com.br/index.php/cedigma/article/view/7. Acesso em: 23 mar. 2025.

VERIGUINE, N. R.; BASSO, C.; SOARES, D. H. P. Juventude e Perspectivas de Futuro: a orientação profissional no Programa Primeiro Emprego. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 34, n. 4, p. 1032-1044, out./dez. 2014. DOI: https://doi.org/10.1590/1982-370000902013. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pcp/a/vVKcTF6pDbQ6sNvvgKg986F/?format=html&lang=pt. Acesso em: 14 jul. 2025.

VERMA, H.; VERMA, G.; KUMAR, P. Depression, Anxiety, and Stress During Times of COVID-19: An Analysis of Youngsters Studying in Higher Education in India. **The Review of Socionetwork Strategies**, [S. l.], v. 15, n. 2, p. 471-488, set. 2021. Disponível em: https://link.springer.com/article/10.1007/s12626-021-00089-2. Acesso em: 21 mar. 2025.

VITAL, A. M. P. *et al.* A ansiedade entre jovens estudantes: uma análise situacional em escola de Ensino Médio no interior cearense. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, 16 jan. 2024. Disponível em: https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/24/1/a-ansiedade-entre-jovens-estudantes-uma-analise-situacional-em-escola-de-ensino-medio-no-interior-cearense. Acesso em: 24 fev. 2025.

ZAMBELLI, J. C. *et al.* Tecendo fragilidades: uma revisão de escopo sobre o cenário pandêmico da Covid-19 como fator de risco para ansiedade e depressão entre universitários. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 35, n. 1, e350107, 2025. Disponível em: https://www.scielo.br/j/physis/a/GHWQvBzn3bkpHZz8qNvFgbk/?lang=pt. Acesso em: 21 mar. 2025.

APÊNDICE A – GUIA DO PRODUTO EDUCACIONAL

PRODUTO EDUCACIONAL



Acesse a cartilha interativa

https://explorar-ifto.github.io/cartilha/index.html

Escaneie o QR Code ou use o link acima.

Autora: Daniela de Sousa Liberato
Orientadora: Profa. Dra. Rosa Maria Machado de Sena
Coorientadora: Profa. Dra. Khellen Cristina Pires Correia Soares

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Bibliotecas do Instituto Federal do Tocantins

L695e Liberato, Daniela de Sousa

Explorar : um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida / Daniela de Sousa Liberato, Rosa Maria Machado de Sena. – Palmas, TO, 2026.

11 f. : il. color.

Formato: Website

Produto Educacional (Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins, Campus Palmas, Palmas, TO, 2026.

Orientadora: Dra. Rosa Maria Machado de Sena

Coorientadora: Dra. Khellen Cristina Pires Correia Soares

Produto Educacional vinculado à Dissertação: ANSIEDADE E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

1. Educação Profissional e Tecnológica. 2. Ansiedade. 3. Orientação Profissional. I. Sena, Rosa Maria Machado de. II. Sena, Rosa Maria Machado de III. Soares, Khellen Cristina Pires Correia. IV. Título.

CDD 370

A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio, deste documento é autorizada para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Elaborado pelo sistema de geração automatica de ficha catalográfica do IFTO com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

Ficha Técnica

Título	Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida.
Origem	Pesquisa desenvolvida no âmbito do Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT).
Área	Ensino.
Tipo	Material didático/instrucional.
Formato	Cartilha interativa disponibilizada em formato de site.
Validação	Produto validado por psicólogos avaliadores e por estudantes do Ensino Médio Integrado, com apreciação da banca de defesa da dissertação.
Público-alvo	Estudantes do Ensino Médio Integrado.
Finalidade	Favorecer reflexões sobre escolhas acadêmicas e profissionais, mundo do trabalho, trajetórias formativas e projetos de vida.
Utilização	De forma autônoma ou mediada por profissionais da educação.
Dissertação	Ansiedade e orientação profissional: desenvolvimento de uma cartilha para estudantes do Ensino Médio Integrado.
Programa	Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica – ProfEPT.
Instituição	Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins – IFTO, *Campus* Palmas.
Disponibilidade	Acesso público, com uso não comercial e preservação dos direitos autorais.
Registro	Observatório do ProfEPT e Plataforma EduCAPES/CAPES.
URL	https://explorar-ifto.github.io/cartilha/index.html
Idioma / País	Português · Brasil.

Apresentação

A cartilha interativa **Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida** é um Produto Educacional desenvolvido no âmbito do Programa de Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica – ProfEPT, em formato de site, destinado a estudantes do Ensino Médio Integrado.

O material foi elaborado a partir de uma demanda identificada em investigação diagnóstica realizada no âmbito da pesquisa, na qual o futuro acadêmico e profissional apareceu como o fator mais frequentemente associado à ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado do IFTO – *Campus* Palmas. Esse achado dialoga com estudos que apontam relações entre escolhas profissionais, expectativas quanto ao futuro e manifestações de ansiedade entre estudantes do Ensino Médio (Rocha et al., 2022; Veras, 2024). Nesse cenário, a orientação profissional apresenta-se como uma estratégia educativa relevante por favorecer reflexões sobre escolhas, trajetórias formativas e projetos de vida (Dalanhol; Schlösser, 2021; Veras, 2024).

A elaboração da cartilha vincula-se às bases conceituais da Educação Profissional e Tecnológica, especialmente à defesa de uma formação que não se restrinja à preparação imediata para o mercado de trabalho nem ao enfoque meramente técnico-operacional. Nessa perspectiva, o produto não foi concebido apenas como um recurso informativo sobre cursos e profissões, mas como um material educativo voltado à reflexão crítica sobre trabalho, formação, projetos de vida e condições concretas que atravessam as escolhas dos estudantes (Moura; Lima Filho; Silva, 2015; Saviani, 2007).

Essa proposta mantém coerência com a orientação profissional sócio-histórica, compreendida como um conjunto de intervenções voltadas à apropriação dos determinantes da escolha. Nessa perspectiva, as escolhas acadêmicas e profissionais não são decisões exclusivamente individuais nem expressões de uma vocação natural, mas processos atravessados por determinantes sociais, históricos e culturais (Bock, 2013; Ferreira; Azevedo, 2020).

A cartilha **Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida** não indica profissões, não define perfis e não oferece respostas prontas. Também não tem finalidade diagnóstica, terapêutica, prescritiva ou classificatória. Seu objetivo é convidar você a refletir sobre suas escolhas, suas trajetórias formativas, o mundo do trabalho e seus projetos de vida.

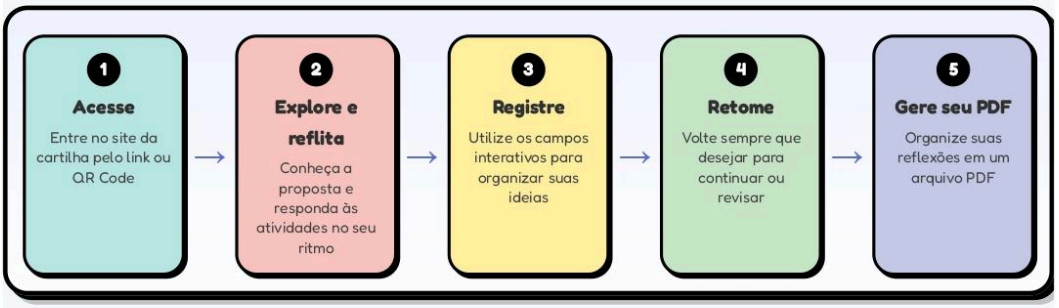
Orientações de Acesso e Uso

A cartilha **Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida** pode ser acessada por computador, tablet ou celular, por meio do link ou do QR Code.

O estudante pode navegar livremente entre os eixos disponíveis na página inicial ou seguir a sequência sugerida pelo material. Recomenda-se que o uso ocorra de forma gradual, respeitando o ritmo de cada estudante, com possibilidade de pausas e retomadas.

Ao longo do site, há textos explicativos, perguntas reflexivas, campos de preenchimento, cartões interativos, links e atividades de registro. Ao final do percurso, o estudante pode gerar um arquivo em PDF com parte das respostas registradas durante as atividades, favorecendo a retomada posterior das reflexões.

Percurso sugerido



Possibilidades de uso

A cartilha pode ser utilizada de forma autônoma pelos estudantes ou com a mediação de psicólogos, pedagogos, professores e outros profissionais da educação, em ações de orientação profissional, projetos de vida, acolhimento estudantil e outras atividades pedagógicas relacionadas aos conteúdos do material.

Atenção: O produto favorece reflexões sobre escolhas acadêmicas e profissionais, trajetórias formativas e projetos de vida, mas não substitui acompanhamento psicológico, pedagógico, educacional ou especializado quando necessário.

Estrutura Geral do Site

A cartilha **Explorar: um guia para te ajudar a refletir sobre suas escolhas profissionais e projetos de vida** foi organizada em três eixos temáticos, apresentados na página inicial do site como caminhos de exploração para os estudantes.

Eixo 1 – Autoconhecimento: olhando para dentro de si

Propõe reflexões sobre sentimentos, interesses, valores e aspectos da rotina relacionados à construção de projetos de vida e às escolhas acadêmicas e profissionais.

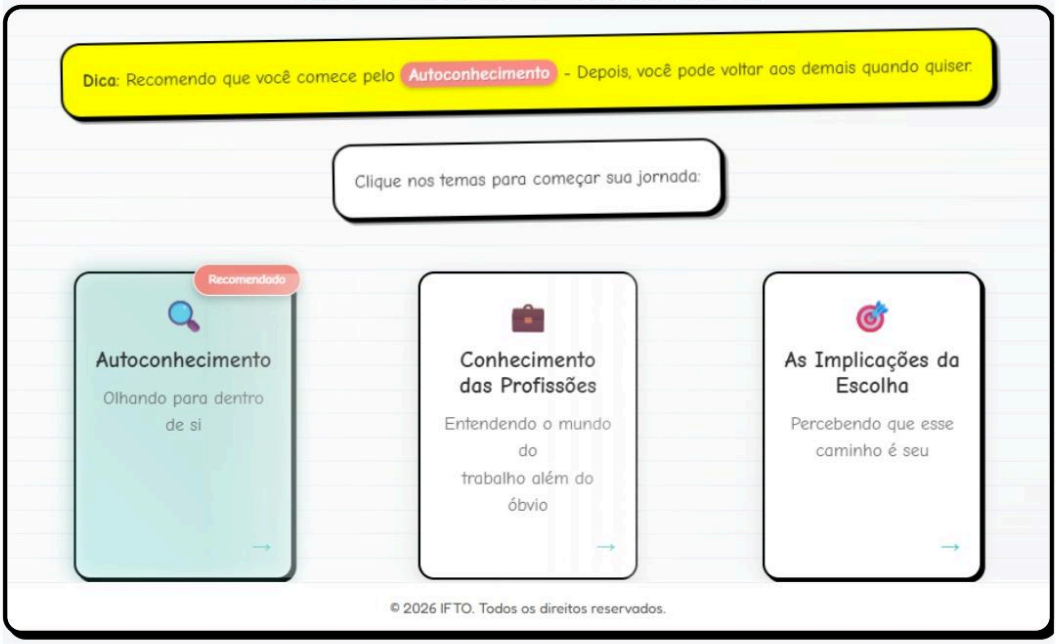
Eixo 2 – Conhecimento das Profissões: entendendo o mundo do trabalho além do óbvio

Busca ampliar o repertório dos estudantes sobre cursos, profissões, trajetórias formativas e o mundo do trabalho.

Eixo 3 – As Implicações da Escolha: percebendo que esse caminho é seu

Propõe reflexões sobre fatores pessoais, familiares, sociais, econômicos e culturais que atravessam as escolhas acadêmicas e profissionais, além de incentivar o planejamento dos próximos passos.

Figura 1 – Tela de apresentação dos três eixos temáticos



Fonte: A autora (2026).

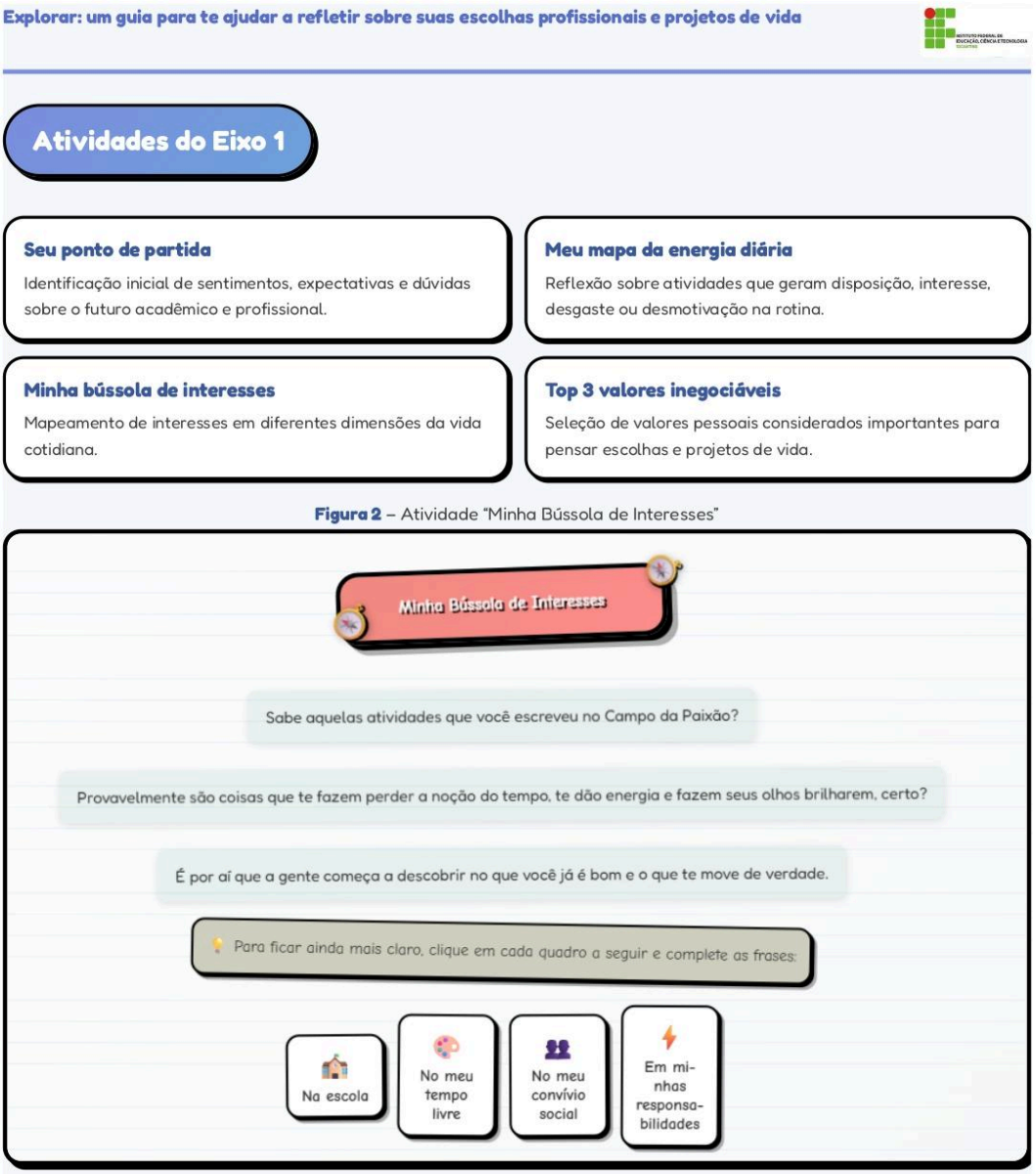


Figura 2 – Atividade "Minha Bússola de Interesses"

Fonte: A autora (2026).

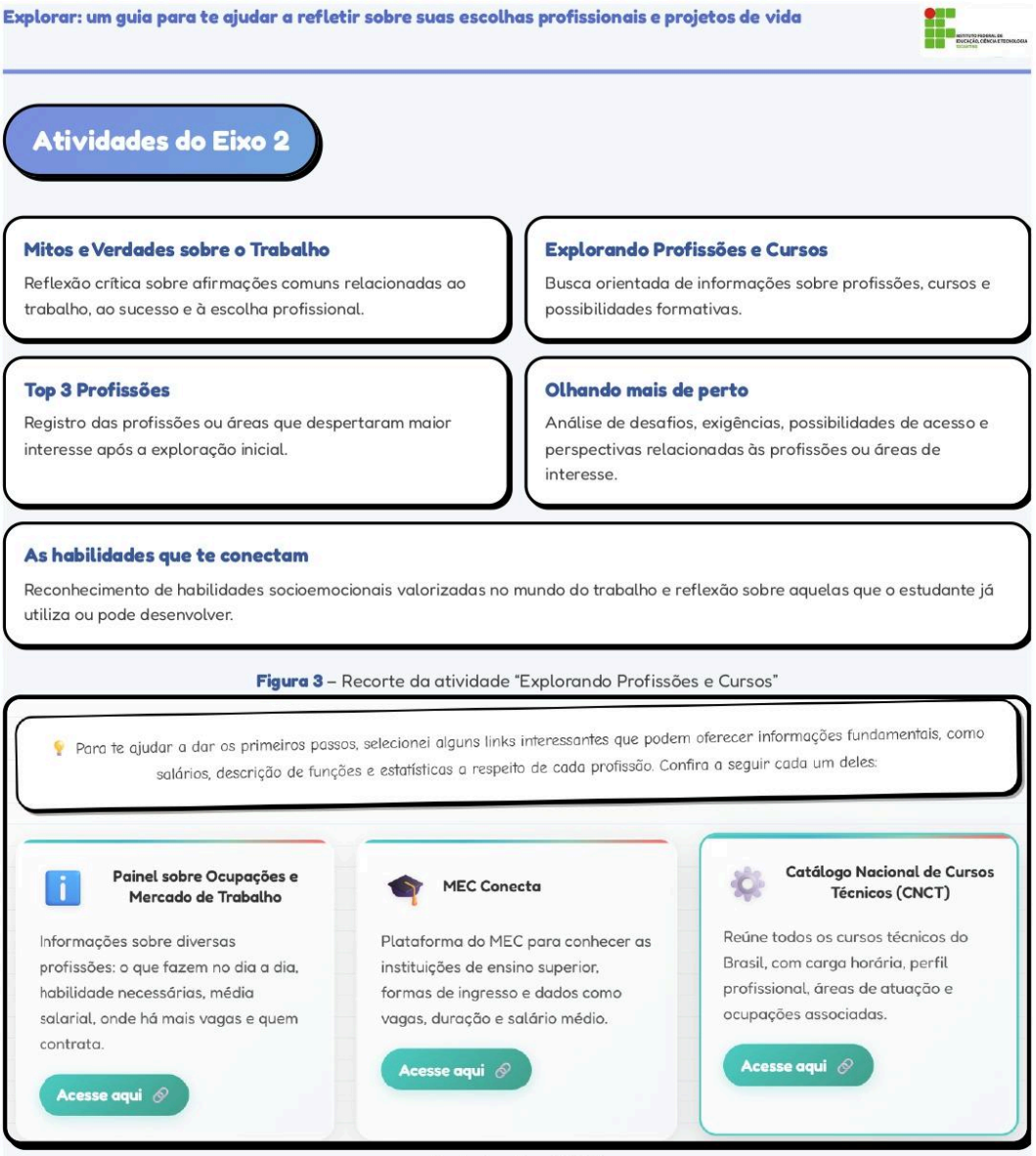


Figura 3 – Recorte da atividade "Explorando Profissões e Cursos"

Fonte: A autora (2026).

Atividades do Eixo 3

O que influencia minhas escolhas?

Identificação dos fatores que mais pesam nas decisões sobre o futuro, como família, condições financeiras, oportunidades de estudo e trabalho, escola, internet, valores e crenças pessoais.

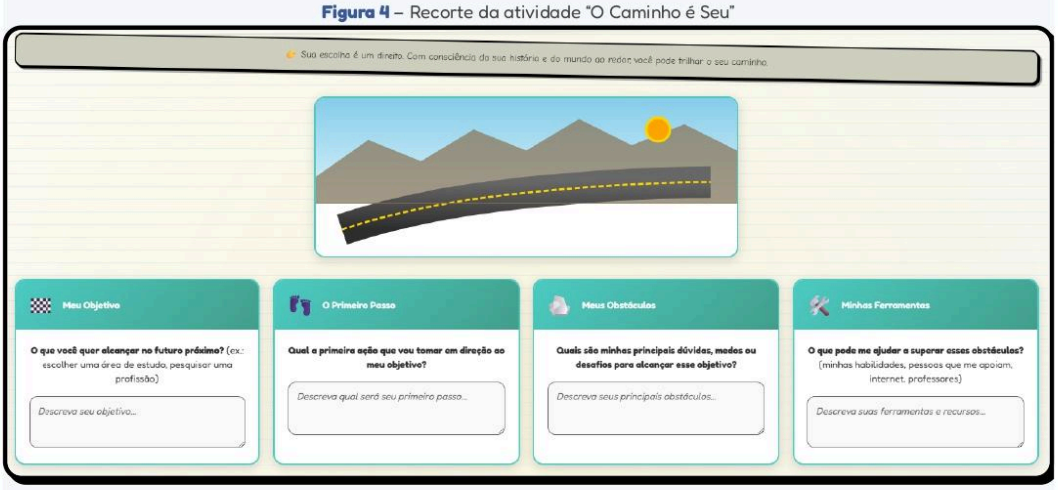
Pressão de Quem?

Reflexão sobre pressões relacionadas à família, aos amigos, à sociedade e ao próprio estudante, favorecendo o reconhecimento das expectativas que mais influenciam suas escolhas.

O Caminho é Seu

Organização do objetivo, do primeiro passo, dos obstáculos e das ferramentas de apoio, conectando o autoconhecimento, as profissões exploradas e as pressões percebidas ao planejamento de caminhos possíveis.

Figura 4 – Recorte da atividade "O Caminho é Seu"



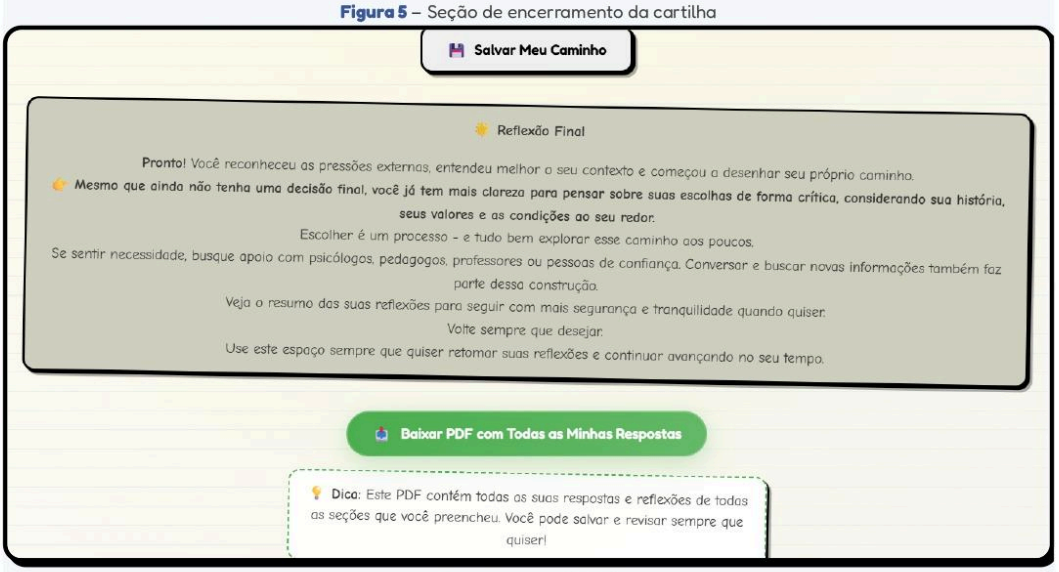
Fonte: A autora (2026).

Registro das Reflexões

Ao final do percurso, a cartilha permite que o estudante organize suas respostas em um arquivo PDF, favorecendo a retomada posterior das reflexões.

O PDF constitui um registro das reflexões realizadas ao longo do percurso, não um resultado de teste.

Figura 5 – Seção de encerramento da cartilha



Fonte: A autora (2026).

Referências

BOCK, S. D. **Orientação profissional: a abordagem sócio-histórica**. 1. ed. São Paulo: Cortez, 2013. E-book.

DALANHOL, J.; SCHLÖSSER, A. Relato de experiência: orientação profissional e manejo de ansiedade em uma escola privada no município de Fraiburgo-SC. **Seminário de Iniciação Científica e Seminário Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão (SIEPE)**, [S. l.], e28533, 2021. Disponível em: https://periodicos.unoesc.edu.br/siepe/article/view/28533. Acesso em: 24 mar. 2025.

FERREIRA, S.; AZEVEDO, R. Orientação profissional e formação humana integral na educação profissional técnica de nível médio. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 107-129, 2020. DOI: https://doi.org/10.36524/profept.v4i1.488. Disponível em: https://ojs.ifes.edu.br/index.php/ept/article/view/488. Acesso em: 19 jul. 2025.

MOURA, D. H.; LIMA FILHO, D. L.; SILVA, M. R. Politecnia e formação integrada: confrontos conceituais, projetos políticos e contradições históricas da educação brasileira. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 63, p. 1057–1080, out. 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbedu/a/XBLGNCtcD9CvkMMxfq8NyQy/?lang=pt. Acesso: 4 abr. 2025.

ROCHA, J. B. A. et al. Ansiedade em estudantes do Ensino Médio: uma revisão integrativa da literatura. **Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, [S. l.], v. 16, n. 60, p. 141-158, maio 2022. DOI: https://doi.org/10.14295/idonline.v16i60.3418. Disponível em: http://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3418. Acesso em: 12 nov. 2024.

SAVIANI, D. Trabalho e educação: fundamentos ontológicos e históricos. **Revista Brasileira de Educação**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 34, p. 152-165, jan./abr. 2007. DOI: https://doi.org/10.1590/S1413-24782007000100012. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbedu/a/wBnPGNkvstzMTLYkmXdrkWP/. Acesso em: 15 abr. 2025.

VERAS, J. C. L. Orientação Profissional: as expectativas dos pais e o comportamento ansioso dos alunos que se preparam para o exame nacional do ensino médio. **Revista Cedigma**, [S. l.], v. 2, n. 2, p. 1–22, jun. 2024. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.12175930. Disponível em: https://zenodo.org/records/12175930. Acesso em: 23 mar. 2025.

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DA INVESTIGAÇÃO DIAGNÓSTICA

Pesquisa sobre Fatores Escolares Geradores de Ansiedade no Ensino Médio Integrado

Olá, estudante!

Você está sendo convidado(a) a participar, de forma voluntária, da pesquisa **"Fatores Escolares Geradores de Ansiedade no Ensino Médio Integrado: Um Estudo Exploratório"**, realizada no IFTO – *Campus* Palmas.

- Sobre a pesquisa: Queremos entender o que pode te deixar ansioso(a) na escola para ajudar a torná-la um lugar melhor para todos.
- Como você participa? Você responderá um questionário curto (aproximadamente 10 minutos) sobre situações escolares que podem gerar ansiedade.
- Suas respostas são sigilosas! Ninguém vai saber quais foram suas respostas, e as informações serão usadas apenas para esta pesquisa.

Importante! Antes de continuar, leia o Termo de Assentimento/Consentimento Livre e Esclarecido. Se estiver de acordo, marque a opção correspondente e prossiga.

Sua participação é muito importante para ajudar a tornar a escola um ambiente mais acolhedor. Obrigada por colaborar! 😊

Perfil do Participante

Por favor, preencha as informações iniciais.

Sexo biológico:
( )Feminino
( )Masculino

Curso:
( ) Administração
( ) Agrimensura
( ) Agronegócio
( ) Controle Ambiental
( ) Edificações
( ) Eletrotécnica
( ) Eventos
( ) Informática para Internet
( ) Mecatrônica

Idade:
Texto de resposta curta

Geradores de Ansiedade

No que se refere ao IFTO *Campus* Palmas, marque a alternativa que melhor representa a frequência com que cada situação é fonte de ansiedade para você.

1. Carga horária e volume de estudos:
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

2. Provas e avaliações de desempenho:
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

3. Futuro acadêmico e profissional:
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

4. Ambiente físico da instituição (barulho, conforto, espaço):
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

5. Apresentações e seminários (exposição em público):
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

6. Relacionamento com professores:
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

7. Relacionamento com colegas (ex.: interações diárias, conflitos, bullying):
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

8. Dificuldade em compreender o conteúdo das disciplinas:
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

9. Uso ou restrição de dispositivos eletrônicos (celular, tablet, notebook):
( ) Nunca gera ansiedade
( ) Às vezes gera ansiedade
( ) Sempre gera ansiedade

10. Existe alguma situação que gere ansiedade em você, no contexto escolar, que não foi mencionada aqui? Se sim, descreva brevemente:

Texto de resposta longa_____
_____
_____

APÊNDICE C – INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DA CARTILHA PELOS PSICÓLOGOS AVALIADORES

Avaliação da Cartilha - Juízes Especialistas

As orientações a seguir devem ser consideradas APÓS a leitura integral e interação com o site e refletem a necessidade de expressar sua opinião quanto aos itens apresentados.

Para cada item, assinale a opção correspondente:
1 - DISCORDO TOTALMENTE
2 - DISCORDO
3 - CONCORDO
4 - CONCORDO TOTALMENTE

Instruções Fundamentais:

1. **Avaliação Integral:** É fundamental que todos os itens sejam avaliados; portanto, certifique-se de responder a cada um deles.
2. **Justificativa:** Nos casos em que sua avaliação indicar **discordância** (notas inferiores, por exemplo), é **essencial justificar sua posição** no espaço de observações com os devidos argumentos.

Será disponibilizado um espaço para **observações/sugestões** ao **final do questionário**, no qual você poderá registrar comentários adicionais para aprimoramento da cartilha.

1. Conteúdo				
1.1 O conteúdo atende ao processo de orientação profissional.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.2 Os títulos e subtítulos estão organizados de forma coerente com os temas abordados.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.3 Os destaques no texto são justificados e acrescentam clareza ou ênfase relevante ao conteúdo.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.4 O conteúdo atende às necessidades do público-alvo.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.5 Há lógica e progressão adequada na sequência do texto.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.6 O conteúdo é relevante para ser informado aos adolescentes.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.7 O conteúdo está correto do ponto de vista científico.	**1**	**2**	**3**	**4**
2. Linguagem				

2.1 A redação está adequada ao nível de compreensão dos estudantes.	**1**	**2**	**3**	**4**
2.2 A construção das frases é envolvente e não cansativa.	**1**	**2**	**3**	**4**
2.3 O texto apresenta clareza e objetividade.	**1**	**2**	**3**	**4**
3. Ilustrações				
3.1 As ilustrações são coerentes com os conteúdos abordados.	**1**	**2**	**3**	**4**
3.2 As imagens são compreensíveis.	**1**	**2**	**3**	**4**
3.3 A quantidade de imagens é suficiente para apoiar a proposta da cartilha.	**1**	**2**	**3**	**4**
4. Layout				
4.1 O tamanho e o tipo da letra favorecem a leitura.	**1**	**2**	**3**	**4**
4.2 As cores utilizadas facilitam a leitura.	**1**	**2**	**3**	**4**
4.3 A disposição dos elementos nas páginas é organizada.	**1**	**2**	**3**	**4**
4.4 O número de páginas e o volume de conteúdo são adequados.	**1**	**2**	**3**	**4**
5. Motivação				
5.1 O conteúdo é envolvente e estimula o leitor a prosseguir com a leitura.	**1**	**2**	**3**	**4**
5.2 A cartilha é fácil de entender.	**1**	**2**	**3**	**4**
6. Adequação sociocultural				
6.1 A cartilha respeita e contempla diferentes realidades sociais e culturais dos estudantes.	**1**	**2**	**3**	**4**

Observações e Sugestões:

Texto de resposta longa

APÊNDICE D – INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO DA CARTILHA PELOS ESTUDANTES

Avaliação da Cartilha

As respostas abaixo devem ser fornecidas **após** a exploração completa da cartilha, em formato de site. Elas devem refletir sua opinião pessoal sobre o conteúdo apresentado.

Leia cada afirmação com atenção e selecione o grau em que você concorda, conforme a escala abaixo:

1 - DISCORDO TOTALMENTE
2 - DISCORDO
3 - CONCORDO
4 - CONCORDO TOTALMENTE

É muito importante que **todos os itens sejam respondidos.**

1. Conteúdo				
1.1 O conteúdo da cartilha me ajudou a pensar sobre meu futuro profissional.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.2 O conteúdo pode me ajudar em momentos de dúvida sobre o futuro profissional.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.3 Os trechos em destaque chamam atenção para partes importantes do conteúdo.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.4 O conteúdo da cartilha é fácil de entender.	**1**	**2**	**3**	**4**
1.5 A ordem dos temas na cartilha faz sentido e ajuda na compreensão.	**1**	**2**	**3**	**4**
2. Linguagem				
2.1 O jeito como o texto está escrito é fácil de entender.	**1**	**2**	**3**	**4**
2.2 As frases são leves de ler e não deixam a leitura cansativa.	**1**	**2**	**3**	**4**
2.3 O texto é claro e vai direto ao ponto.	**1**	**2**	**3**	**4**
3. Ilustrações				
3.1 As imagens ajudam a entender melhor o que está sendo explicado.	**1**	**2**	**3**	**4**
3.2 As imagens são fáceis de entender.	**1**	**2**	**3**	**4**

3.3 A quantidade de imagens é suficiente para acompanhar o conteúdo.	**1**	**2**	**3**	**4**
4. Layout				
4.1 O tamanho e o tipo da letra ajudam na leitura.	**1**	**2**	**3**	**4**
4.2 As cores usadas deixam a leitura mais fácil e agradável.	**1**	**2**	**3**	**4**
4.3 O conteúdo está bem organizado nas páginas.	**1**	**2**	**3**	**4**
4.4 O tamanho da cartilha está bom e não é cansativo de ler.	**1**	**2**	**3**	**4**
5. Motivação				
5.1 O conteúdo me deu vontade de continuar lendo a cartilha.	**1**	**2**	**3**	**4**
5.2 A cartilha me ajudou a entender melhor o tema.	**1**	**2**	**3**	**4**

Use este espaço para sugestões, críticas ou elogios sobre a cartilha (opcional):

Texto de resposta longa_____
_____
_____

APÊNDICE E – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

Questionário Sociodemográfico dos Estudantes

Por favor, responda às perguntas abaixo com sinceridade. Sua identidade será mantida em sigilo e suas respostas servirão apenas para fins de pesquisa.

Idade:
( )14 anos
( )15 anos
( )16 anos
( )17 anos
( )18 anos ou mais

Sexo:
( ) Feminino
( ) Masculino

Você já participou de algum processo de orientação profissional antes?
( ) Sim
( ) Não
( ) Não sei dizer

Você se considera ansioso(a) em relação ao seu futuro profissional?
( ) Sim, muito
( ) Um pouco
( ) Não
( ) Não sei dizer

APÊNDICE F – QUADRO SÍNTESE DAS CONTRIBUIÇÕES DOS PSICÓLOGOS AVALIADORES E DAS DECISÕES ADOTADAS

Quadro 1 – Contribuições qualitativas dos psicólogos avaliadores e encaminhamentos adotados.

Nº	AVALIADOR(ES)	SÍNTESE DA CONTRIBUIÇÃO	DECISÃO	ENCAMINHAMENTO
1	P1	Possível interpretação autoral no enunciado de “Meu Mapa da Energia Diária”.	Não acatada	Redação mantida direcionada ao estudante, por coerência com o uso autônomo da cartilha
2	P1	Substituição do termo “útil” por “satisfeito”.	Acatada	Termo substituído para reduzir ambiguidades.
3	P2, P3, P4, P5, P7	Campos de escrita não permitiam inserir espaços entre palavras.	Acatada	Limitação técnica corrigida.
4	P2	Inclusão de resumo final das respostas.	Acatada	Funcionalidade implementada.
5	P3, P7	Material poderia ser percebido como extenso.	Acatada parcialmente	Estrutura mantida; orientações de uso no próprio ritmo foram reforçadas.
6	P3, P5	Necessidade de aprimorar a reflexão final e evitar responsabilização individual.	Acatada	Encerramento reescrito, com explicitação de condicionantes sociais e continuidade da reflexão.
7	P3	Uso autônomo poderia fortalecer crenças limitantes em alguns estudantes.	Acatada parcialmente	Orientações sobre limites da cartilha e busca de apoio foram reforçadas, sem alterar a proposta de uso autônomo.
8	P3	Navegação livre dos eixos da cartilha poderia comprometer a sequência sugerida.	Não acatada	Sequência recomendada e navegação flexível foram mantidas.
9	P3	Exemplos poderiam influenciar respostas em “Seu Ponto de Partida”.	Não acatada	Exemplos mantidos por auxiliarem na compreensão inicial da atividade.

10	P3, P7	Tamanho da fonte dificultava a leitura.	Acatada	Fonte ampliada.
11	P3, P5	Perguntas e instruções pouco claras.	Acatada	Maior explicitação das ações esperadas em cada atividade.
12	P3, P5	Baixa visibilidade do campo roxo em algumas seções.	Acatada	Contraste ajustado.
13	P3, P7	Algumas imagens/animações tinham pouca relação com o conteúdo.	Acatada	Imagens revisadas; animações mantidas quando coerentes com a identidade visual.
14	P3	Apresentar as “Dicas” antes das perguntas.	Acatada	Orientações reorganizadas.
15	P3, P4	Ritmo acelerado dos cards em “Mitos e Verdades”.	Acatada	Passagem dos cards manual.
16	P7	Ampliar itens da atividade “Mitos e Verdades”.	Não acatada	Quantidade mantida para evitar extensão excessiva do material.
17	P3, P4, P7	Links redundantes e navegação externa potencialmente confusa.	Acatada	Links unificados e orientações gerais de navegação incluídas.
18	P3, P4	Recurso “Voltar ao início” não funcionava adequadamente.	Acatada	Erro técnico corrigido.
19	P4	Inclusão das 74 atividades mencionadas como “Anexo 4”.	Não acatada	Sugestão não incorporada por falta de especificação do material.
20	P5	Uso de paletas de cores distintas para cada tema.	Não acatada	Identidade visual mantida para preservar unidade gráfica.
21	P5	Fixar o nome do tema durante a rolagem da página.	Não acatada	Recurso não incorporado para preservar área útil de leitura em telas menores.
22	P5	Sugeriu a inclusão de um botão para gerar um resumo das respostas em PDF.	Acatada	Funcionalidade implementada.

23	P5	Ampliar orientações no fechamento do material.	Acatada	Encerramento ampliado.
24	P5, P7	Uso da primeira pessoa nos balões de fala em “Seu Ponto de Partida".	Acatada	Perguntas reformuladas para favorecer autoquestionamento.
25	P7	Falha na exibição de valor em “Top 3 Valores Inegociáveis”.	Acatada	Erro técnico corrigido.
26	P3, P7	Pouca clareza e dificuldades de interação em “Top 3 Valores Inegociáveis”.	Acatada	Instruções e mecânica da atividade aprimoradas.
27	P7	Avaliar cores, layout e animações com o público-alvo.	Contemplada previamente	Etapa já prevista na metodologia.
28	P3, P7	Explicitar que escolha profissional não se restringe à faculdade.	Acatada	Explicitação de múltiplas trajetórias formativas.
29	P5	Inclusão de referências teóricas diretamente no site.	Não acatada	Referências mantidas na dissertação para evitar sobrecarga informacional no produto.
30	P3	Questionamento sobre o propósito do MEC Conecta.	Contemplada previamente	A explicação já constava no material.
31	P3	Escopo não deveria se restringir ao CNCT.	Contemplada previamente	A cartilha já contemplava diferentes trajetórias formativas e profissionais, não se restringindo ao CNCT.
32	P3	Opções de “Olhando mais de perto” poderiam ser limitadas e autoexcludentes	Acatada parcialmente	Atividade mantida; orientações foram ajustadas para reduzir leituras limitadoras.
33	P3	Pesquisa autônoma sobre soft skills poderia dificultar o processo.	Contemplada previamente	A pesquisa foi mantida como convite opcional, com preservação da proposta de exploração autônoma e flexível.

34	P3	Opções de “O que mais influenciam minhas escolhas?” eram limitadas e a ordem poderia influenciar escolhas.	Acatada parcialmente	Alternativas mantidas; orientação ajustada para indicar que não esgotam os fatores possíveis.
35	P7	Padronização das fontes nos retângulos do eixo Autoconhecimento.	Acatada	Fontes padronizadas.
36	P3	Atividade “Minha Bússola de Interesses” pouco intuitiva e incompreensão do propósito do elemento gráfico da bússola.	Acatada	Orientações ajustadas e elemento gráfico removido.
37	P7	Indicação de materiais educacionais correlatos.	Registrada como contribuição complementar	Os materiais indicados foram registrados como subsídio complementar, sem implicar alteração direta no produto.

Fonte: Elaboração própria, com base nas contribuições dos psicólogos avaliadores.

ANEXO A – PARECER DO CEP REFERENTE PRIMEIRA ETAPA DA PESQUISA

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS - IFTO

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Fatores Escolares Geradores de Ansiedade no Ensino Médio Integrado: Um Estudo Exploratório

Pesquisador: Daniela de Sousa Liberato

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 85039924.2.0000.8111

Instituição Proponente: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins -

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.391.859

Apresentação do Projeto:

Relata-se:

Resumo do projeto: "A adolescência é um período marcado por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais, durante o qual estudantes enfrentam desafios acadêmicos e pessoais que podem impactar sua saúde mental. No contexto do Ensino Médio Integrado, as demandas educacionais e técnicas podem agravar os níveis de ansiedade, afetando o bem-estar biopsicossocial dos jovens. Este projeto tem como objetivo explorar e identificar os fatores escolares que geram ansiedade entre os estudantes do Ensino Médio Integrado do IFTO ¿ Campus Palmas, visando propor estratégias de intervenção para mitigar esses impactos e promover um ambiente escolar mais saudável e acolhedor. A pesquisa adota uma abordagem mista (quali-quanti), utilizando um questionário semiaberto aplicado por meio da plataforma Google Forms. As informações coletadas serão analisadas quantitativa e qualitativamente, empregando estatística descritiva e análise de conteúdo. Espera-se que os resultados desta investigação contribuam para o desenvolvimento de práticas educativas mais inclusivas, que considerem a saúde mental dos estudantes e melhorem o ambiente escolar, reduzindo índices de absenteísmo, evasão e problemas de saúde mental"

Apresen

Endereço: Avenida Joaquim Teotônio Segurado, Quadra 202 Sul, ACSU-SE 20, Conjunto 01, Lote 08, 2º andar
Bairro: Plano Diretor Sul **CEP:** 77.020-450
UF: TO **Município:** PALMAS
Telefone: (63)3229-2237 **E-mail:** cep@ifto.edu.br

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS - IFTO

Objetivo da Pesquisa:

Relata-se:

"Objetivo Primário:

Explorar e identificar os fatores escolares geradores de ansiedade entre estudantes do Ensino Médio Integrado no IFTO - Campus Palmas,visando propor estratégias que contribuam para um ambiente escolar mais saudável

Objetivo Secundário:

Identificar os principais fatores associados às práticas e condições escolares que contribuem para a ansiedade nos estudantes. Analisar as diferenças no impacto da ansiedade com base em variáveis como idade, gênero e outros fatores relevantes. Propor estratégias de intervenção baseadas nos resultados da pesquisa, visando minimizar os fatores geradores de ansiedade e promover um ambiente escolar mais acolhedor."

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Relata-se:

"Riscos:

os participantes podem experimentar desconforto emocional ao abordar a ansiedade.

Benefícios:

A pesquisa proporcionará aos participantes a oportunidade de refletir sobre os fatores geradores de ansiedade no ambiente escolar, promovendo o autoconhecimento e maior compreensão de suas emoções"

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa é relevante porque ajudará a compreender os desafios emocionais enfrentados pelos jovens no ambiente acadêmico de cursos técnicos integrados. Seus resultados poderão contribuir para o desenvolvimento de estratégias pedagógicas e políticas escolares que promovam um ambiente mais saudável e acolhedor, contribuindo para o bem-estar mental e o desempenho acadêmico dos estudantes.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

a) Linguagem clara e acessível ao participante da pesquisa;

Atende

Endereço: Avenida Joaquim Teotônio Segurado, Quadra 202 Sul, ACSU-SE 20, Conjunto 01, Lote 08, 2º andar
Bairro: Plano Diretor Sul **CEP:** 77.020-450
UF: TO **Município:** PALMAS
Telefone: (63)3229-2237 **E-mail:** cep@ifto.edu.br



b) Forma de convite ao participante da pesquisa;
Atende
c) Justificativa, objetivos e os procedimentos metodológicos;
Atende
d) Explicitação dos possíveis desconfortos e riscos decorrentes da participação na pesquisa;
Atende
e) Formas de evitar/reduzir esses possíveis desconfortos e riscos;
Atende
f) Benefícios esperados dessa participação na pesquisa;
Atende
g) Esclarecimento sobre as formas de acompanhamento e assistência a que terão direito os participantes da pesquisa;
Atende
h) Garantia de sigilo e privacidade ao participante da pesquisa;
Atende
i) Explicitação da garantia de ressarcimento caso o participante tenha alguma despesa (alimentação, transporte, outros) na pesquisa;
Atende
j) Garantia de indenização diante de eventuais danos (riscos) decorrentes da pesquisa;
Atende
k) Endereço, e-mail e contato telefônico dos responsáveis pela pesquisa;
Atende
l) Endereço, e-mail e contato telefônico do CEP/IFTO caso o participante tenha dúvida sobre a ética da pesquisa;
Atende
m) Garantia do recebimento de uma via do TCLE/TALE;
Atende
n) Liberdade de recusar-se ou retirar o consentimento sem penalização;
Atende
o) A informação de que o participante terá acesso ao registro do consentimento sempre que solicitado;
Atende

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS - IFTO

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Projeto aprovado

Considerações Finais a critério do CEP:

Prezada Pesquisadora, o CEP IFTO aprova o seu projeto. Caso haja alguma modificação, solicitamos que seja inserida uma emenda para avaliação do CEP IFTO. No decorrer da pesquisa, insira o Relatório Parcial e, ao final da pesquisa, o Relatório Final na Plataforma Brasil, conforme cronograma da sua pesquisa.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2441595.pdf	08/01/2025 23:08:53		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.docx	07/01/2025 11:58:08	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Outros	carta_resposta_as_pendencias.pdf	07/01/2025 11:48:57	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Modificado.pdf	07/01/2025 11:39:56	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Responsavel_Modificado.pdf	07/01/2025 11:38:46	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALE_Modificado.pdf	07/01/2025 11:34:17	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Modificado.pdf	07/01/2025 11:30:32	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Outros	Questionario_Modificado.pdf	07/01/2025 11:28:55	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	_TCLE_ALUNO.docx	26/11/2024 01:10:06	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento /	TCLE.docx	26/11/2024 01:07:47	Daniela de Sousa Liberato	Aceito

Endereço: Avenida Joaquim Teotônio Segurado, Quadra 202 Sul, ACSU-SE 20, Conjunto 01, Lote 08, 2º andar
Bairro: Plano Diretor Sul **CEP:** 77.020-450
UF: TO **Município:** PALMAS
Telefone: (63)3229-2237 **E-mail:** cep@ifto.edu.br

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS - IFTO

Justificativa de Ausência	TCLE.docx	26/11/2024 01:07:47	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALE.docx	26/11/2024 01:05:31	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Declaração de concordância	declacaocoparticipante.pdf	25/11/2024 11:15:05	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Folha de Rosto	folhaderostoassinado.pdf	25/11/2024 11:11:00	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Declaração de Pesquisadores	declaracaodecompromissodopesquisadorresponsavel_assinado.pdf	15/11/2024 18:11:45	Daniela de Sousa Liberato	Aceito

Situação do Parecer:
Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:
Não

PALMAS, 17 de Fevereiro de 2025

Assinado por:
CLAUDIR VIVAN
(Coordenador(a))

Endereço: Avenida Joaquim Teotônio Segurado, Quadra 202 Sul, ACSU-SE 20, Conjunto 01, Lote 08, 2º andar
Bairro: Plano Diretor Sul **CEP:** 77.020-450
UF: TO **Município:** PALMAS
Telefone: (63)3229-2237 **E-mail:** cep@ifto.edu.br

ANEXO B – PARECER DO CEP REFERENTE SEGUNDA ETAPA DA PESQUISA

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS - IFTO

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DA EMENDA

Título da Pesquisa: ANSIEDADE E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Pesquisador: Daniela de Sousa Liberato

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 89803825.0.0000.8111

Instituição Proponente: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.888.236

Apresentação do Projeto:

Segundo a apresentação da emenda solicitada pela pesquisadora:

" O presente projeto de pesquisa tem como objetivo desenvolver e validar uma cartilha psicoeducativa interativa de orientação profissional, fundamentada na abordagem sócio-histórica, voltada a estudantes do Ensino Médio Integrado (EMI), com vistas a contribuir para o enfrentamento da ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional. A proposta emerge de resultados de um estudo prévio, aprovado pelo Comitê de Ética, que identificou a escolha profissional como o principal fator ansiogênico entre estudantes do EMI. Trata-se de uma pesquisa metodológica, de natureza aplicada, com abordagem mista (qualitativa e quantitativa), dividida em duas etapas. A primeira etapa corresponde à realização de uma revisão narrativa da literatura, com o propósito de reunir e analisar publicações científicas que embasem teoricamente a proposta da cartilha. A segunda etapa envolve o desenvolvimento do material e sua posterior validação em duas fases: a análise por juízes especialistas e a avaliação com o público-alvo. Os especialistas psicólogos com experiência em orientação profissional avaliarão aspectos como conteúdo, linguagem, ilustrações e



pertinência sociocultural, utilizando um instrumento estruturado com escala Likert e espaço para sugestões. Em seguida, a versão revisada da cartilha será submetida à validação aparente por estudantes de uma turma do segundo ano do EMI no IFTO Campus Palmas. A análise dos dados quantitativos será realizada por meio do Índice de Validade de Conteúdo (IVC), enquanto as contribuições qualitativas serão analisadas descritivamente. Espera-se que o produto resultante seja um recurso educacional validado, aplicável de forma autônoma, que favoreça o processo de escolha profissional e auxilie na redução da ansiedade escolar. A pesquisa respeitará os preceitos éticos estabelecidos nas Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde".

Objetivo da Pesquisa:
Segundo a apresentação da emenda solicitada pela pesquisadora:

"Objetivo Primário:

- Desenvolver e validar uma cartilha psicoeducativa interativa de orientação profissional, fundamentada na abordagem sócio-histórica, com foco em estudantes do Ensino Médio Integrado, visando contribuir para o enfrentamento da ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional

Objetivo Secundário:
- Investigar os fundamentos teóricos sobre a orientação profissional de abordagem sócio-histórica.
- Elaborar uma cartilha psicoeducativa interativa de orientação profissional, destinada ao uso autônomo por estudantes do Ensino Médio Integrado.
- Submeter a cartilha à avaliação de especialistas e estudantes, a fim de verificar sua clareza, relevância, aplicabilidade e potencial impacto.
- Ajustar e finalizar a cartilha com base nas contribuições obtidas, consolidando-a como um recurso educacional validado".

Avaliação dos Riscos e Benefícios:
Segundo a apresentação da emenda solicitada pela pesquisadora:



"Riscos:

a) Juízes Especialistas

A participação dos juízes especialistas envolve riscos mínimos, limitando-se ao cansaço decorrente da leitura da cartilha e do preenchimento do instrumento de avaliação. Para mitigar esses efeitos, será disponibilizado suporte técnico, por meio de contato via telefone e e-mail, para esclarecimento de dúvidas. A participação é voluntária, com garantia de sigilo, anonimato, liberdade de desistência a qualquer momento e indenização em caso de danos, estejam ou não previstos no TCLE.

b) Estudantes (Público-Alvo)

Entre os estudantes, os riscos também são considerados mínimos e incluem cansaço durante o preenchimento dos instrumentos e possível desconforto emocional leve ao refletirem sobre aspectos relacionados ao futuro profissional. Para minimizar esses impactos, será oferecido suporte psicológico, que poderá ser acionado pelo participante, incluindo encaminhamento ao Serviço de Psicologia do IFTO ou a outros serviços públicos de saúde.

Serão respeitados todos os princípios éticos, como anonimato, sigilo, liberdade de desistência e direito à devida indenização, caso necessário.

Benefícios:

a) Juízes Especialistas

Os juízes especialistas poderão perceber-se como agentes ativos na construção de uma cartilha que poderá contribuir significativamente para a orientação profissional de estudantes, ampliando o alcance e a relevância social deste trabalho.

b) Estudantes (Público-Alvo)

A participação proporcionará aos estudantes a oportunidade de refletir sobre a sua trajetória acadêmica e profissional, promovendo o autoconhecimento e uma maior compreensão das emoções associadas ao processo de escolha profissional, possivelmente reduzindo a ansiedade relacionada ao futuro acadêmico e profissional. Além disso, os participantes poderão perceber-se como agentes



ativos na construção de uma cartilha que poderá contribuir significativamente para a orientação profissional de outros estudantes, ampliando o alcance e a relevância social deste trabalho".

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto de emenda é importante e se faz necessário, sendo considerado adequado e obedecendo aos preceitos éticos da resolução 466/2012.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

a) Linguagem clara e acessível ao participante da pesquisa;

Atende

b) Forma de convite ao participante da pesquisa;

Atende

c) Justificativa, objetivos e os procedimentos metodológicos;

Atende

d) Explicitação dos possíveis desconfortos e riscos decorrentes da participação na pesquisa;

Atende

e) Formas de evitar/reduzir esses possíveis desconfortos e riscos;

Atende

f) Benefícios esperados dessa participação na pesquisa;

Atende



g) Esclarecimento sobre as formas de acompanhamento e assistência a que terão direito os participantes da pesquisa;

Atende

h) Garantia de sigilo e privacidade ao participante da pesquisa;

Atende

i) Explicitação da garantia de ressarcimento caso o participante tenha alguma despesa (alimentação, transporte, outros) na pesquisa;

Atende

j) Garantia de indenização diante de eventuais danos (riscos) decorrentes da pesquisa;

Atende

k) Endereço, e-mail e contato telefônico dos responsáveis pela pesquisa;

Atende

l) Endereço, e-mail e contato telefônico do CEP/IFTO caso o participante tenha dúvida sobre a ética da pesquisa;

Atende

m) Garantia do recebimento de uma via do TCLE/TALE;

Atende

n) Liberdade de recusar-se ou retirar o consentimento sem penalização;

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS - IFTO

Atende

o) A informação de que o participante terá acesso ao registro do consentimento sempre que solicitado;

Atende

p) Garantia aos participantes do acesso aos resultados da pesquisa.

Atende

Recomendações:
Não há recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:
Não foram encontradas pendências e/ou inadequações na solicitação de emenda do projeto de pesquisa em questão.

Considerações Finais a critério do CEP:
Prezada Pesquisadora Daniela de Sousa Liberato, o CEP IFTO aprova a sua Emenda do projeto de pesquisa analisado. Caso ainda ocorra alguma modificação, solicitamos que seja inserida uma nova emenda para avaliação. No decorrer da pesquisa, insira o Relatório Parcial e, ao final da pesquisa, o Relatório Final na Plataforma Brasil, conforme cronograma da sua pesquisa.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situaçã
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_2611566_E1.pdf	24/09/2025 12:47:52		Aceito
Outros	Justificativa_da_Emenda.docx	24/09/2025 12:46:47	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	TCLE_juizes_com_emenda.docx	24/09/2025 12:44:34	Daniela de Sousa Liberato	Aceito

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO TOCANTINS - IFTO



Continuação do Parecer: 7.888.236

Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_de_Pesquisa_com_emenda.docx	24/09/2025 12:39:29	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Declaração de concordância	declaracao_instituicao_participante_assinado.pdf	16/06/2025 18:17:15	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALE_alunos.docx	07/06/2025 18:08:10	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_alunos.docx	07/06/2025 18:08:01	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Outros	questionario_sociodemografico_alunos.docx	07/06/2025 18:05:36	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Outros	avaliacao_cartilha_alunos.docx	07/06/2025 18:05:15	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Outros	avaliacao_cartilha_especialistas.docx	07/06/2025 18:03:34	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Declaração de Pesquisadores	declaracaodecompromissodopesquisadorresponsavel_assinado.pdf	07/06/2025 17:08:59	Daniela de Sousa Liberato	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto__assinado.pdf	07/06/2025 16:46:26	Daniela de Sousa Liberato	Aceito

Situação do Parecer:
Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:
Não

PALMAS, 07 de Outubro de 2025

Assinado por:
CLAUDIR VIVAN
(Coordenador(a))

Endereço: Avenida Joaquim Teotônio Segurado, Quadra 202 Sul, ACSU-SE 20, Conjunto 01, Lote 08, 2º
Bairro Plano Diretor Sul **CEP:** 77.020-450
UF: TO **Município** PALMAS
Telefone (63)3229-2237 **E-** cep@ifto.edu.br