

---

# Relatos de Experiências

## O IMPACTO DAS VIVÊNCIAS DE PSICOLOGIA REALIZADAS NOS MESES QUE ANTECEDEM AO VESTIBULAR

*The impact of psychology-based group dynamics in the months preceding the college entrance exam*

Eleusa Gallo Rosenburg<sup>1</sup>

**RESUMO:** *Este artigo origina-se de um projeto de Extensão Universitária, intitulado “Orientação profissional em um cursinho pré-vestibular alternativo – um direito de qualquer vestibulando”. No desenvolvimento do projeto, a coordenação do cursinho e os alunos reivindicaram que, além da orientação profissional, fossem realizadas atividades anti-stress. O stress é elevado durante a preparação para o vestibular, causando sensações de desgaste físico constante, irritabilidade, alienação emocional e dificuldades de memorização, as quais podem resultar na reprovação dos candidatos a uma vaga no Ensino Superior. Para tanto, foram realizados quinze encontros coordenados por alunas do curso de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia, com supervisão de uma professora da instituição. Cada vivência tinha a duração de quarenta minutos. No último encontro, foi aplicado, em 74 alunos, um questionário avaliativo, contendo doze questões de múltipla escolha. Os dados colhidos permitem concluir que as vivências em Psicologia despertaram aspectos emocionais nos alunos como motivação e auto-estima, mobilizaram novas aprendizagens, sentimentos positivos e persistência, e promoveram momentos de interação e de reflexão entre os colegas de sala, ao mesmo tempo em que reduziram o nervosismo, a insegurança, a ansiedade e o stress. As atividades que mais os auxiliaram no enfrentamento do stress foram o relaxamento e as dinâmicas de grupo. Conclui-se que o efeito das vivências anti-stress nos meses que antecedem ao vestibular é fundamental para o enfrentamento do processo seletivo.*

**UNITERMOS:** *Psicologia – Educação – Cursinho Pré-Vestibular Alternativo.*

---

<sup>1</sup> Mestre, professora substituta do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia.

**ABSTRACT:** *This article originates from a University Extension project entitled “Professional Orientation in an alternative preparatory course - a right of anyone intending to take college entrance exams”. In the development of the project, the coordination of the alternative prep course and the pupils expressed their need not only for professional orientation, but also for anti-stress activities. Stress is raised during the preparation for the college exam, which eventually causes sensations of constant physical consumption, irritability, emotional alienation and difficulties in memorization, which can end up in failure in the exams. In order to carry out the activities, fifteen meetings were developed by undergraduate Psychology students at the Federal University of Uberlândia and carried out with the supervision of a professor of the same institution. Each experience lasted forty minutes. In the last meeting, an evaluative twelve-item questionnaire was applied to 74 pupils. The data collected allow us to conclude that the psychology-based group dynamics helped raise emotional aspects such as motivation, self-esteem, promoted new learning experiences, developed positive feelings and persistence, as well as promoted opportunities for interaction and reflection among classmates while also they contributed to the reduction of nervousness, insecurity, anxiety and stress. Relaxation and the group dynamics comprised the most effective activities in assisting the pupils in the confrontation of stress. We can conclude that the psychology-based group dynamics and other anti-stress activities are very important to help students face the stressful period preceding UFU’s college entrance exams.*

**KEYWORDS:** *Psychology – Education – Alternative Undergraduate Admission Course.*

De acordo com Everly (1989), o *stress* é uma reação intensa do organismo que pode se manifestar, tanto no aspecto psicológico quanto no físico, frente a qualquer evento bom ou ruim que altere a vida do indivíduo e que ocorre, em geral, diante da necessidade de adaptação exigida do indivíduo em momentos de mudança.

Poucos estudos têm se dedicado à investigação do *stress* no adolescente e no adulto jovem. Curiosamente, Arnett (1999) considera que, embora nem todo adolescente tenha *stress*, a probabilidade de desenvolvê-lo é maior na adolescência do que em qualquer outra faixa etária. Schowalter (1995) pesquisa o que ocorre na adolescência tardia, verificando a transição do período escolar e futuras decisões profissionais como fontes estressantes. Para Langston e Cantor (1989), a transição da vida acadêmica do estudante no início de seus estudos universitários pode gerar um aumento de responsabilidade, ansiedade e competitividade, o que propiciaria o *stress*.

Calais, Andrade e Lipp (2003) verificaram que os alunos de cursos pré-vestibulares apresentavam o nível de *stress* mais alto do que os alunos do primeiro ano do Ensino Superior; isto porque, além das mudanças decorrentes das diferenças nos níveis naturais de ensino, os

pré-vestibulandos se deparam com as incertezas naturais da escolha profissional. Fisher (1994), em seus estudos com universitários, verificou a ocorrência de *stress* no ingresso à universidade, decorrente da mudança de planos (novas etapas), tarefas acadêmicas, dificuldades financeiras e sobretudo sociais, que marcam a vida desses jovens.

Segundo Crestani (2000), existem dois marcos na vida do adolescente: o casamento e a escolha da profissão. Esta se constitui numa fonte de preocupação, pois escolher significa dar preferência, selecionar e decidir pelo melhor. A escolha da profissão envolve o questionamento dos gostos, interesses e motivações pessoais, momento em que emergem as identificações com amigos e familiares, sentimentos de cooperação, rivalidade, proteção e reparação.

Como no Brasil a admissão na universidade está condicionada à realização do exame vestibular, a época que o antecede é caracterizada como uma fase de turbulência e insegurança, porque ligada diretamente ao ingresso do adolescente no mundo adulto e do trabalho. Logo, a capacidade de formular projetos de vida, oriunda da escolha profissional, deve ser estimulada e diversificada por meio do envolvimento em experiências de trabalho, da análise de informações e da clarificação de valores e ideais, objetivando consolidar no indivíduo uma atitude ativa, um processo de exploração e de investimento com vistas à tomada de decisões pessoais.

Guimarães (1984), referindo-se ao vestibular, enfatiza que ele engloba todo um aparato social e psicológico estimulado pelos meios de comunicação de massas e imposto como uma necessidade. Para Mansão (2000), tal fato desafia os jovens em sua capacidade de corresponder às expectativas de seu grupo social. Dessa forma, o vestibular passa a ser percebido como a primeira grande fonte de sucesso ou fracasso na vida do adolescente.

Segundo D'ávila e Soares (2003), uma das causas de reprovação dos candidatos ao vestibular pode ser a ansiedade. Para Oliveira (2000), o vestibular é um momento complexo, que envolve fatores emocionais importantes e uma situação de forte competição entre os candidatos, já que não há vagas para todos nas universidades brasileiras.

Conforme Macedo (1998), os alunos que reservam um tempo para lazer, conversar com amigos, namorar e viajar, conseguem alcançar um patamar de sucesso e de evolução, tanto pessoal como profissional, em relação àqueles que não desenvolvem essa prática, uma vez que essas atividades favorecem o autocontrole de impulsos, emoções e ansiedades.

D'ávila e Soares (2003), ao investigarem os fatores motivadores de ansiedade nos candidatos ao exame vestibular, constataram qualitativamente que, um mês antes da realização

do exame, os concorrentes vivenciavam sentimentos de ansiedade e angústia, gerados, principalmente, pelo medo da reprovação e o de decepcionar a família.

Considerando-se que do *stress* excessivo decorre desgaste físico constante, irritabilidade, hipersensibilidade, sensação de alienação emocional e dificuldades com a memória, é de se esperar uma atenção especial às medidas preventivas e ao ensino de estratégias de enfrentamento que capacitem as pessoas a lidarem melhor com o *stress* emocional ao qual estão sujeitas. Calais, Andrade e Lipp (2003) levantam a possibilidade de que a habilidade de lidar com o *stress* e a ansiedade talvez seja elemento importante para o sucesso nos exames vestibulares tanto ou até mais do que a habilidade acadêmica ou o conhecimento.

Campos (1996) ressalta a importância de se implantar programas de apoio à pesquisa sobre *stress*, seja na pré-escola, na universidade ou nos programas de pós-graduação. Deste modo, saber como o *stress* atua no jovem, quais sintomas prevalecem no sexo masculino e no feminino, como se diferem nos vários níveis de escolaridade, é de importância para todos os profissionais que atuam com adolescentes.

Tal fato alerta para a urgência de uma tomada de consciência e sensibilização por parte dos profissionais da educação e também da saúde, que podem contribuir para a diminuição da ansiedade dos jovens por meio de informações, orientações, diálogo, reflexões e mobilização pessoal.

Segundo Cardoso e Cocco (2003), uma transformação social pode ser originada mediante a procura por soluções a partir de pequenos problemas pessoais apresentados em grupo. No momento de exposição, percebe-se uma similaridade das dificuldades dos participantes, emergindo a força do grupo como um meio de transformação da realidade.

Cabe ao psicólogo atuar no sentido de criar condições para que o indivíduo e o grupo aprendam com seus conflitos e re-signifiquem suas percepções, conhecimentos e sentimentos, caminhando para uma melhor compreensão de si e do outro. No caso de grupos com adolescentes vestibulandos, o trabalho deve *basear-se na troca de experiências e de concepções entre os jovens e na reflexão conjunta sobre o processo seletivo e seus determinantes*, devendo ser coordenado por uma equipe de profissionais (BOCK e AGUIAR, 1995).

Conforme Mansão (2000), orientar o adolescente durante todo o semestre de cursinho e não somente às vésperas do vestibular representa uma oportunidade para que psicólogos atuem não apenas como facilitadores no processo seletivo, mas também como educadores, focando a promoção da autonomia, do autocontrole, do autocrescimento e da consciência crítica do aluno.

Em relação a alunos oriundos de classes menos favorecidas, Cardoso e Cocco (2003) apontam que este público vislumbra a graduação como ferramenta importante na melhoria da qualidade de vida. Os jovens e adultos de baixa renda acreditam que o ensino superior propiciará melhores perspectivas de futuro e oportunidades de emprego, bem como a superação da posição social de seus pais.

Ferreira (2003), associando capital cultural e estilos de vida entre os concorrentes a vagas em universidades públicas, ao pesquisar sobre as expectativas dos jovens acerca do curso universitário, constatou que 59,3% dos vestibulandos analisados esperavam uma “formação profissional voltada para o mercado de trabalho”; 8,1% buscava uma “formação acadêmica para melhorar a atividade prática que estou realizando”. Sobre “motivação da primeira escolha do curso universitário”, verificou-se que 18,9% deles mencionaram o mercado de trabalho, ao passo que 71,7%, referiam-se à busca da “adequação às aptidões pessoais”.

Considerar a disputa por uma vaga na universidade apenas como uma conquista individual equivale a atribuir ao sujeito que busca essa vaga *toda a ‘responsabilidade’ pelo seu desempenho na prova* (GUIMARÃES, 1984), pois, embora do ponto de vista legal todos os candidatos desfrutem do princípio da igualdade de oportunidades, as condições socioeconômicas não são igualitárias, o que torna as perspectivas de êxito também desiguais.

Assim sendo, o vestibular pode ser relacionado a uma *barreira ritualizada*, considerada por uma *dimensão oposta a de rito de passagem*, a partir da definição de barreira social, ou seja, *qualquer forma de obstáculo com que a sociedade dificulta o acesso a grupos ou a instituições e impede sua mobilidade social* (FERREIRA, 1986).

Visto que a entrada na universidade se dá, principalmente, via vestibular, a ação da orientação profissional, em seu enfoque educacional, consiste, entre outros aspectos, na facilitação do processo de escolha do curso pretendido, levando em conta a questão da barreira ritualizada que leva à abordagem da *possibilidade de escolha e seus fatores determinantes* com ênfase na dicotomia *escolha idealizada e escolha possível* (SOARES, 2000).

Dessa forma, entende-se que a conquista de uma vaga na universidade, por meio do vestibular, está relacionada também aos temas *carreiras escolares e desigualdades sociais*, cuja preocupação está voltada à inserção social e profissional dos egressos do sistema de ensino.

Considerando a mundialização da economia e as novas relações de trabalho, fatores que provocam repercussões no setor educacional por criar novas demandas, ressalta-se que a formação em nível médio e superior é um instrumento do qual o jovem pode se apropriar

para a construção de qualificações profissionais que facilitem sua inserção e sua manutenção no setor produtivo. Nesse contexto, deve ser defendida a proposta da orientação profissional e o acompanhamento psicológico aos vestibulandos como instrumentos importantes na preparação para o mundo do trabalho e para sua realização profissional.

## **METODOLOGIA**

Foi realizado, em Uberlândia, um estudo transversal sobre o impacto das vivências de Psicologia, ao longo do segundo semestre de 2004, em um cursinho alternativo pré-vestibular. Foram pesquisados 74 alunos, com idade média de 18 anos, sendo a idade mínima 16 anos e, a máxima, 50 anos. Do universo pesquisado, 68,92% pertencia ao sexo feminino e 31,08%, ao masculino. Em relação ao estado civil dos entrevistados, 89,19% declararam-se solteiros; 9,46%, casados e 1,35%, divorciados.

Foram realizados quinze encontros semanais, com duração de quarenta minutos cada um, no período noturno. Em cada encontro, a sala era dividida em duas turmas. Foram realizadas vivências com dinâmicas de aquecimento, temas centrais e histórias de encerramento, todas com caráter lúdico, seqüencial e baseadas no referencial psicodramatista. Os materiais utilizados para as vivências foram lápis de cor, giz de cera, tintas guache, pincéis, canetinhas, aparelho de som portátil, CDs variados, folhas de papel sulfite, cartolinas e livros de histórias.

Ao final do semestre letivo, no cursinho, havia aproximadamente 110 alunos, dos quais 55 foram aprovados na primeira fase do processo seletivo da UFU - janeiro de 2005. Solicitou-se a assinatura do “Termo Livre e Esclarecido” e aplicou-se, nesses alunos, um questionário, contendo dados de caracterização da amostra, seguido por doze questões fechadas e objetivas, com o intuito de verificar a percepção dos alunos pesquisados acerca do impacto das vivências psicológicas no momento do vestibular, permitindo-se assinalar mais de uma alternativa em cada questão.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Verificou-se que, dentre as atividades realizadas, os alunos manifestaram preferência pelo relaxamento (20,7%) e pelas dinâmicas (15,0%). As atividades consideradas por eles como menos auxiliadoras no enfretamento do *stress* e da ansiedade foram “visualização” (5,3%) e “filme” (5,6%).

Considerando Calais, Andrade e Lipp (2003), provavelmente essa preferência por atividades de relaxamento e por dinâmicas ocorra devido ao aluno estar vivenciando estado de *stress*, angústia e ansiedade, necessitando, assim, de atividades que o auxiliem a reduzir os desgastes físicos e psicológicos, decorrentes deste estado.

Na perspectiva dos alunos, as emoções minimizadas por meio das vivências psicológicas foram, respectivamente, “nervosismo” (14,8%), “insegurança” (14,1%), “ansiedade” (12,6%), “stress” (12,6%) e “angústia” (11,4%), o que sinaliza o efeito positivo deste trabalho, pela redução dos níveis dos estados emocionais angustiantes e estressantes que mais acometem os vestibulandos.

Considerando que os estados de stress, ansiedade e angústia estão entre as causas da reprovação no exame vestibular, como já ressaltaram Calais, Andrade e Lipp (2003) e D’ávila e Soares (2003), pois o nervosismo e a insegurança podem advir destes estados, um trabalho com os vestibulandos, visando reduzir os níveis das sensações que mais impedem o alcance do objetivo destes alunos, faz-se salutar.

De acordo com Alessandrini (1996), a aquisição do conhecimento, por meio de experiências artísticas e de recursos expressivos, permite ao indivíduo tanto a concretização da sua imagem de modo significativo, como a simbolização das percepções do mundo. Estas experiências possibilitam a representação por meio de metáforas; a apropriação do conteúdo simbólico, que transforma linguagens em um recodificar contínuo; além da regularização dos processos de assimilação e de acomodação. As atividades artísticas favorecem o alívio da tensão (fator comprometedor no processo de aprendizagem), a construção, a autoconfiança, o desenvolvimento e a expansão do nível de consciência do sujeito em relação a si e ao mundo.

As vivências em Psicologia propiciaram aos alunos momentos de “interação com os colegas de sala de aula” (17,2%) e de “reflexão” (16,3%). Observou-se que nenhum aluno assinalou os itens “tédio” e “frustração” (0%) e, dentre aqueles que marcaram a alternativa “outros”, alguns complementaram que as vivências representaram para eles *momento de coragem, de complemento espiritual, de aprendizagem, de maior segurança e de controle de ansiedade*.

Estes dados sinalizam que os alunos receberam positivamente os encontros como um momento agradável e importante, incorrendo em reflexão e aprendizagem; sugerindo engajamento participativo e ativo das pessoas diante do trabalho proposto, confirmando, assim, a pesquisa de Cardoso e Cocco (2003) sobre a importância do trabalho em grupo,

visto que as pessoas se sentem mais amparadas e se identificam com os problemas dos outros, sentindo-se mais dispostas a transformarem sua realidade.

A escolha pelo item “interação entre os colegas da sala de aula” pode alertar para a importância da comunicação, da interação e da amizade entre os alunos, posto que representam uma troca bastante proveitosa de força, motivação, acolhimento e apoio entre os jovens.

Os sentimentos mais mobilizados pelas vivências foram, respectivamente, a “persistência” (19,8%), a “disposição/motivação” (17,1%) e a “amizade” (16,4%), enquanto manifestações de “raiva”, “indiferença”, “desprezo” e “sensação de perda de tempo” não foram citados por nenhum aluno.

Percebe-se que o trabalho realizado mobilizou nos alunos sentimentos positivos, adaptativos e necessários ao momento que antecede ao vestibular. Por nenhum sentimento negativo ter sido mencionado, confirmou-se a importância e a necessidade deste tipo de trabalho para motivá-los, tranquilizá-los, transmitir-lhes segurança e bem-estar psicológico. Ademais, o índice de persistência (19,8%) pode refletir a busca pela superação do desgaste físico e emocional, queixas constantes dos alunos nesse período. De acordo com Silva et al (2004), o apoio psicológico ao vestibulando eleva sua auto-estima, sua auto-confiança e fortalece a sua autonomia.

A questão de integração entre os colegas novamente foi valorizada pelos próprios alunos, o que pode ser facilmente compreensível se pensarmos que, em momentos difíceis, estressantes e angustiantes, buscamos fontes de apoio que podem ser encontradas também nos amigos. Como relata Cardoso e Cocco (2003), em momentos grupais há o compartilhamento de problemas, o que proporciona, em seus integrantes, uma força capaz de transformar a realidade.

Os sujeitos da pesquisa consideraram o trabalho desenvolvido como “importante” (35,7%), “estimulante” (30,9%) e “satisfatório” (30,3%) e, daqueles que optaram pelo item “outros” (3,1%), somente um especificou sua resposta, considerando o trabalho realizado como “maravilhoso”. Percebe-se que os alunos consideraram as vivências como “importantes” e “estimulantes”, ao passo que ninguém as classificou como “desnecessárias”, “indiferentes” ou “insignificantes”.

A mobilização de sentimentos positivos converte-se em elemento que facilita a aprendizagem no momento que antecede o vestibular, visto que, nesse período, o aluno pode se angustiar e duvidar de sua capacidade de aprender ou apegar-se ao negativismo como, por exemplo, a “certeza” de que não será selecionado. Percebe-se que existiu um maior contato entre os sujeitos que participaram dos encontros, o que lhe possibilitou mudanças,



que favoreceram um melhor ajustamento do nível de *stress* e de ansiedade, elementos que, bem dosados, são indispensáveis ao desenvolvimento cognitivo e emocional do ser humano.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebe-se que as vivências psicológicas propiciaram um desafio emocional aos alunos, posto que estimularam mudanças internas como, por exemplo, a aproximação de suas fantasias, desejos, crenças, atitudes e mudança de comportamento frente ao vestibular. Além do mais, verificou-se a importância dessa proposta de extensão, bem como a necessidade de incentivo pelas Universidades de projetos como este. Há muito por fazer, pois existem inúmeros cursinhos alternativos que apresentam uma demanda específica por orientação profissional e por vivências pré-vestibulares; serviços estes, geralmente, oferecidos somente na rede privada de cursinhos.

As vivências em psicologia, também, constituíram-se em um espaço de busca pela realização pessoal, promovendo o aumento da autoconfiança, da auto-estima, da persistência e da disposição/motivação no aluno. O crescimento pessoal foi verificado pela redução do nervosismo, da insegurança e da ansiedade. Os momentos reflexivos proporcionados pelas atividades possibilitaram uma maior interação entre o grupo. Tais alterações estimularam um benefício coletivo, pois ocorreu participação ativa, motivação, respeito e mobilização de sentimentos positivos, possibilitando constantemente novas aprendizagens nos encontros.

Neste contexto, este trabalho ressalta o papel da extensão na universidade pública, que é estimular o conhecimento e promover aprendizagens, tanto do público-alvo, como das entidades envolvidas no projeto. Dessa forma, a extensão se torna um valioso instrumento da Universidade para minimizar as brutais desigualdades sociais predominantes em nossa sociedade.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALESSANDRINI, C. D. *Oficina Criativa e Psicopedagógica*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1996, p. 28-34.

ARNETT, J. J. Adolescent storm and stress reconsidered. *American Psychologist*, v. 54, 1999, p. 317-326.

BACCHETTO, J.G. *Cursinhos Pré-vestibulares alternativos no município de São Paulo (19991-2000): a luta pela igualdade no acesso ao ensino superior*. 2003. 170 p. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2003.

BOCK, A. M. B.; AGUIAR, W. M. J. Por uma prática promotora de saúde em orientação vocacional. In: BOCK, A.M.B. *A escolha profissional*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1995, p. 9-23,

CALAIS, S. L.; ANDRADE, L. M. B.; LIPP, M. E. N. Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de *stress* em adultos jovens. *Psicologia Reflexão e Crítica*, v.16, n.2, 2003, p. 257-263.

CAMPOS, L. F. L. *Stress na Universidade*. Em Pontifícia Universidade Católica de Campinas (Org.). *Anais do I Simpósio sobre Stress e suas Implicações*. Campinas: PUC - Campinas, 1996, p. 23-27.

CARDOSO, C. P. & COCCO, M. I. M. Projeto de vida de um grupo de adolescentes à luz de Paulo Freire. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, vol.11, n.6, dez. 2003, p. 778-785.

CRESTANI, R. A. Orientação vocacional, ocupação e profissional numa escola de ensino fundamental e médio. In: LISBOA, M. D.; SOARES, D. H. P. *Orientação profissional em ação*. 2 ed. São Paulo: Summus, 2000, p. 48-66.

D'ÁVILA, G. T.; SOARES, D. H. P. *Vestibular: fatores geradores de ansiedade na cena da prova*. v. 4, 2003, p. 105-116.

EVERLY, G. S. *A clinical guide to the treatment of the human stress response*. New York: Plenum Press, 1989.

FERREIRA, M. C. Consumo cultural e espaços sociais: os vestibulandos das universidades públicas na cidade do Rio de Janeiro. *Opinião Pública*, v.9, n.1, maio, 2003, p. 170-189.

FISHER, S. *Stress in academic life*. London, England: Open University, 1994.

GRECA, S. M. G. A importância da informação na orientação profissional. In: LISBOA, M. D. e SOARES, D. H. P. *Orientação profissional em ação*. 2 ed. São Paulo: Summus, 2000. p. 111-133.

GUIMARÃES, Sônia. *Como se faz a Indústria do Vestibular*. Petrópolis: Vozes, 1984.

HASLAM, C.; STEVENS, R.; HASLAM, R. Eating habits and stress correlates in a female student population. *Work & Stress*, v.3, 1989, p. 327-334.

LANGSTON, A. C.; CANTOR, N. Social anxiety and social constraint: When making friends is hard. *Journal of Personality and Social Psychology*, v.56, 1989, p. 649-661.

MACEDO, R. *Seu diploma, sua prancha*. 7. ed. São Paulo: Saraiva, 1998, p. 83-86.

MANSÃO, C. S. M. Ampliando os rumos da orientação profissional no novo século. In: LISBOA, M. D.; SOARES, D. H. P. *Orientação profissional em ação*. 2. ed. São Paulo: Summus, 2000, p. 85-97.

OLIVEIRA, O. B. de. A orientação vocacional e profissional no ensino médio. In: LISBOA, M. D.; SOARES, D. H. P. *Orientação profissional em ação*. 2. ed. São Paulo: Summus, 2000. p. 98-110.

SILVA, D. L. et al. Pré-Vestibular Re-Conhecimento: buscando alternativas na relação com o saber de jovens e adultos. Anais do 2º Congresso Brasileiro de Extensão Universitária. Trabalho apresentado no 2º Congresso Brasileiro de Extensão Universitária. Belo Horizonte – 12 a 15 de setembro de 2004.

SCHOWALTER, J. E. Desenvolvimento adolescente e normal. In: KAPLAN, H. I.; SADOCK, B. J. (Orgs.). *Tratado de Psiquiatria*. Porto Alegre: Artes Médicas, v. 3, 1995, p. 2356-2362.