



## Tema 01 - Dimensão Psico - afetiva (processo da personalização. "Quem sou Eu?")

### *Titulo 03: Discernimento Vocacional e Profissional*

Frei Rubens Nunes da Mota, OFM.Cap.

(Mestre em Psicologia pela UCB – DF)

Neste estudo perceberemos a relação do que sou, dimensão que pressupõe o discernimento vocacional, com o que quero fazer ou faço, que é a dimensão profissional. Estas dimensões devem caminhar juntas para a realização da pessoa e de seus ideais, considerando a inclusão de Deus nesta construção e a fé como parte integrante da base destas reflexões.

#### **Discernimento vocacional**

Para compreender o discernimento vocacional é importante considerar o termo que rege toda escrita que é *processo*. Este termo diz respeito a questões ligadas à história que constituiu a pessoa que quer fazer seu discernimento. Contudo este conhecimento é muito difícil que ocorra de forma isolada, pois discernimento é um termo que pressupõe confronto de pontos de vistas diferentes, ou seja, alguém que possa acompanhar, questionando, apontando, refletindo, enfim, oferecendo elementos para que possa reconhecer sua vocação.

#### **A necessidade do acompanhamento**

É tão necessário o acompanhamento quanto a preparação de quem acompanha. Por parte de quem exerce o ministério do acompanhamento vocacional, há uma necessidade de formação que não seja estanque, mas permanente. Reflexões que ajudem a acreditar no que fala e faz, pois deve viver primeiro, perceber-se chamado/a por Deus, para assim dar testemunho a quem acompanha. Você jovem, deve esperar de quem o/a acompanha, a capacidade de leva-lo/a ao encontro consigo e com Deus, despertando assim as motivações necessárias para o discernimento vocacional.

Este texto não vai dar respostas para você, mas sim ajudar no levantamento de algumas reflexões que possam ajudar, tanto na desconstrução do que lhe atrapalha, quanto na construção do que venha lhe ajudar em seu discernimento diante de suas buscas.



### **Processo para o discernimento**

A palavra processo tem significado especial no discernimento vocacional, pois diz respeito ao desdobramento de uma caminhada que implica na história de vida, seus limites e potenciais.

Ter atenção ao processo é valorizar a história de vida com suas implicações. A atenção à história não é para se ater aos aspectos negativos ocorridos. Tais aspectos, se ocorreram, fazem parte do processo, mas não o definem, como não podem enclausurar a pessoa que é mais do que aspectos, erros e falhas. Revisar a história de vida é então, observar o caminho percorrido para aprender e inspirar o presente, impulsionando para o futuro que se quer construir.

Não basta revisar os acontecimentos passados, pois a palavra processo implica em assumir a história. É assumindo minha história, como ela foi e é, com seus erros e acertos, que terei como ressignificá-la e impulsionar minha vida para o projeto que desejo assumir.

Percorrer esse caminho não é simples, pois os valores que são construídos ao longo desse percurso podem fazer com que eu tenha dificuldades de perceber a minha história e, principalmente, a mim, como co-construtor/a desse edifício. Se pararmos aí não passaremos de condenadores de pessoas e de eventos que “atrapalharam” minha vida. É preciso ir além, para não repetir a história como foi, mas questioná-la e enriquecê-la.

Para tanto é preciso aprender com o processo percorrido para viver o presente contextualizado, consciente das interferências do sistema, mas me percebendo quais as motivações que vou tendo para acertar em minha vocação.

### **Motivações vocacionais**

A reflexão sobre o processo histórico ajuda a perceber as reais motivações vocacionais. Na mesma lógica até agora insistida, a saber, perceber as motivações não como critério excludente, mas como elementos que podem ajudar no processo de reflexão e maturação vocacional.

Há uma diferença entre motivação vocacional e fuga ou compensação. A motivação inicial pode ser um sinal que, aparentemente, é equivocado, por exemplo: uma jovem que queira ser religiosa e se encante pelo hábito da irmã e se sinta atraída por este ‘sinal’ ao ingresso na congregação não é exatamente um problema, inicialmente, claro. Como motivação inicial não há problema nenhum, mas é preciso verificar como esta motivação depois de algumas etapas na congregação, permanecendo o mesmo, deve-se questionar tanto a motivação pessoal, quanto o esquema formativo. O que impulsiona é o desejo de alcançar aquele sinal/ideal/sagrado. Não seria diferente de um jovem que comece a namorar uma menina pelo encantamento com seu sorriso. Se



ficar somente nisto, quando aparecerem os primeiros conflitos a fantasia acaba. Quanto às buscas, que têm a fuga ou compensação como motivações, já existe um aspecto complicador para o discernimento, pois estes são mecanismos que motivam pelo aspecto negativo, como por exemplo: um jovem que quer entrar na congregação religiosa porque nunca deu certo com namorada nenhuma ou porque não tinha estabilidade profissional. O impulso que motiva é o que não está dando certo para busca de outra possibilidade (tentativa de acerto).

É importante perceber se a motivação é fuga de situação negativa ou chamado para um ideal, justamente para discernir o itinerário vocacional que deve levar a Deus e seu Reinado. Neste processo é importante que o acompanhamento leve em consideração a dimensão de conversão, como processo diário de mudança e aprendizado. As perguntas: o que deixo por não estar ajudando? E o que quero assumir neste caminho? Obter uma resposta consistente sobre o que se pretende assumir pode, não somente revelar a motivação que move para um verdadeiro projeto, como possibilitar a tomada de consciência do ideal que se busca.

Este ideal é maior do que o projeto, diz respeito à *emergência vocacional*<sup>1</sup> que deve conduzir ao seu propósito último que é Deus. Mesmo que o percurso possibilite outras direções, este ideal pautado na fidelidade ao projeto de Deus não pode ser traído, sob o risco de trair-se, abrindo uma brecha para o distanciamento do Reinado instalado por Jesus Cristo.

## Discernimento Profissional

### Cuidados Internos

A descoberta para o caminho profissional, como o caminho vocacional em geral, pressupõe o autoconhecimento e um bom discernimento capaz de verificar a devida convicção diante do leque de opções que aparecem. São muitos os atrativos que compõem este leque, da aptidão às necessidades financeiras. Na perspectiva cristã é necessário compreender a dimensão profissional como parte da missão que deve guiar cada pessoa. Este caminho deve considerar a realização pessoal e o sentido de servir socialmente, ou seja, a realização pessoal deve caminhar junto com a doação, a mútua ajuda.

Este caminho não é simples, por isso se faz necessário compartilhá-lo. Obviamente não se deve expor para qualquer pessoa seus sonhos e projetos, pois como disse Jesus, um cego não guia outro cego. Pode-se compartilhar com um profissional,

<sup>1</sup> II Congresso Vocacional promovido pelo Conselho Episcopal Latino Americano, CELAM (Costa Rica, fevereiro de 2011). Mota, 2011.



no caso, psicólogo, que além do autoconhecimento pode ajudar com testes vocacionais para apontar as áreas profissionais de maior afinidade, ou com um adulto com bom nível de maturidade, religioso/a, padre, enfim, alguém de confiança e com uma caminhada mais consistente.

Veja alguns passos que indico como importantes para a pessoa que fará o acompanhamento: conhecer sua história de vida e ter uma caminhada amadurecida, ou seja, assimilada; compreender o processo de quem é acompanhado, com suas marcas na história; além de olhar a história é preciso perceber a ação de Deus em toda ela. Assim quem faz o acompanhamento se torna o/a facilitador/a do processo que tem como protagonista a pessoa acompanhada e Deus.

Neste processo, quem acompanha vai ajudando a pessoa perceber o caminho que está fazendo e como Deus foi e vai atuando junto. É comum que, ao dar estes passos, a pessoa vai se dando conta (insight) das amarras que travam o processo e das luzes que vão aparecendo. A tomada de consciência normalmente leva à melhor percepção sobre os caminhos de identificação por áreas ligadas ao mundo do trabalho. É importante notar cada uma das identificações para chegar ao discernimento profissional.

Este discernimento que busca identificar na história e nas relações interpessoais qual sua profissão não é simples, muitas vezes exige uma equipe interdisciplinar com a participação além dos familiares, de psicólogos, religiosos, padres e até pessoas da comunidade que possam indicar as aptidões que esta pessoa tem. A indicação do envolvimento de outras pessoas não quer ser um complicador para quem não consegue fazê-lo (questões financeiras ou recursos humanos). Existem recursos naturais a serem adquiridos que possibilitam um acompanhamento que facilita o discernimento, tais como o exercício da escuta atenta e respeitosa. As aptidões estão ligadas ao carisma, dom de Deus e por isso é mais bem discernida em comunidade.

### **Cuidado com a hierarquia de valores**

Após verificarmos em nossa história e nas relações que estabelecemos, é necessário um bom nível de autopercepção para reorganizar nossa vida, ou seja, olharmos o que fazemos diante do que queremos para nossa vida profissional e vocacional em geral. A isso podemos chamar de hierarquia de valores. Para facilitar a visualização sugiro o seguinte exercício: **1)** Desenhe um círculo que será conhecido como pizza por você; recorte esta pizza em fatias de acordo com as seguintes atividades: vida de oração e espiritualidade, vida comunitária/fraterna, trabalho, namoro, estudos/leituras, sono, TV, Computador/Internet, refeições, lazer/descanso, família de origem, comunidade/pastoral, amizade, etc (OBS: cada fatia deverá representar um lado da sua vida atual). A largura de cada fatia da pizza será proporcional ao tanto de tempo dedicado a cada lado da vida, atualmente. **2)** Para cada fatia da pizza, coloque + se você está contente com o modo como você tem vivido este lado da vida ou coloque – se você está insatisfeito ou +- se você está mais ou menos satisfeito. **3)** Avalie o que está



faltando para deixar você mais feliz com os lados da vida em que você assinalou – ou +

Diante desta pizza você deve estabelecer prioridades e se perguntar: Por onde e quando começar a melhorar o que não está bom?

Outra questão que deve ser levada em conta em vista do mundo profissional é verificar se, além de ser uma pessoa que cumpre bem a sua função, para ser vista como uma pessoa especial e que merece uma promoção, o profissional deve atentar – e muito – para a sua imagem.

### Cuidado com a aparência

Sobre a imagem, Maria Aparecida Araújo<sup>2</sup>, consultora de comportamento profissional e diretora da consultoria Etiqueta Empresarial, diz que a imagem compõe a sua marca pessoal e profissional. “Se a marca estiver fortalecida, sempre haverá portas abertas”, ensina.

Segundo a consultora de etiqueta corporativa Licia Egger, muito da vida profissional é pautada na percepção que as pessoas têm de nós. Para ajudar a construir uma boa imagem, diz, o trabalhador pode fazer a sua parte como, por exemplo, estar sempre vestido adequadamente, ser gentil e proativo.

Para alimentar bons comentários sobre a sua pessoa, Maria Aparecida sugere que haja uma atenção especial para três itens principais: a aparência, o comportamento e a maneira como se comunica com os outros.

Como este texto é para você, jovem, que às vezes está em seu primeiro emprego, difícil de conquistar e fácil de perder, registro as 10 dicas que esta autora elaborou para melhorar a sua imagem:

- 1- Use trajés adequados** – As roupas devem estar de acordo com o código de conduta adotado dentro do ambiente profissional. Perfumes e maquiagens devem ser discretos.
- 2- Não fume** - Além de ficar impregnado com o cheiro do tabaco, o hábito está sendo considerado cada vez mais como perda de tempo do funcionário, já que fumar em lugares fechados está proibido.
- 3- Não coma durante o horário do expediente** - Você pode ser surpreendido com a boca cheia por uma ligação ou uma conversa, os dentes podem ficar sujos e o hálito ruim.
- 4- Modere o tom de sua voz** - Ninguém é obrigado a escutar a sua conversa, pessoalmente ou por telefone, e isso pode atrapalhar a concentração do colega ao lado.

---

<sup>2</sup> Maria Carolina Nomura, iG São Paulo: 10 sugestões para calibrar a sua imagem profissional *Aparência, comportamento e comunicação são pilares da marca pessoal*



**5- Evite o celular** - Se a ligação particular for imprescindível, seja breve. Conversas longas e sem conexão com o trabalho são malvistas. Atente também para o toque do telefone. Ele deve ser baixo e o mais discreto possível para não atrapalhar os outros.

**6- Não use a internet para fins pessoais** - Se quiser entrar em sites que não tenham a ver com a sua função, use o horário do almoço ou o fim do expediente. Durante o trabalho, a visita em outras páginas pode denotar que você está desocupado, logo que é um forte candidato a ser substituído.

**7- Evite o uso de gírias** – O cuidado com a qualidade do vocabulário é fundamental. A linguagem no ambiente de trabalho deve ser adequada ao mundo corporativo. Ainda que você seja um estagiário, a informalidade não favorece.

**8 - Seja proativo** - Se o telefone do colega que está ocupado estiver tocando e você tiver a possibilidade de atender, faça-o. É bom estar disponível na medida do possível para atender as necessidades do outro.

**9- Mantenha o espaço em que trabalha limpo e organizado** - Locais bagunçados podem dar a ideia de que o profissional também é confuso.

**10- Sorria** - A simpatia e o bom humor tornam o ambiente sempre mais leve e gostoso de trabalhar.

## QUESTÕES

- 1) Reflita sobre a compreensão geral do texto e enumere o que melhor poderá ajudá-lo/a em seu discernimento.
- 2) Como você está aprendendo com sua história de vida, com seu próprio processo?
- 3) Como você percebeu a ação de Deus em sua história; foi possível perceber seu chamado vocacional?
- 4) Quais elementos sobre o discernimento profissional mais o/a ajudou e como?

## Bibliografia

HENRIQUES, F. **A Alteridade como mediação irrecusável uma leitura de Paul Ricoeur**, 2007.

BUBER, M. **Sobre Psicologia e psicoterapia**. Nove ensaios sobre psicologia e psicoterapia (1950/1965). O mais importante: A cura pelo encontro; correspondência com Binswanger, Jung e outros; diálogos com C. Rogers. 1999.

MOTA, R. **Juventudes e trajetória social, o crack como sinalizador do contexto**. Ed. 4 cores, Brasília-DF, 2013.



SOUZA, R. M. **O discurso do protagonismo juvenil.** Coleção Ciências Sociais. São Paulo: Paulus, 2008.

Subsídios de Formação