



**A primeira formação –
Recomendações para os pais**



**Kanton
Obwalden**

Bildungs- und Kulturdepartement BKD
Berufs- und Weiterbildungsberatung BWB

Cooperação

A escolha profissional e a orientação profissional desempenham um papel importante no ensino secundário/ciclo de orientação (Orientierungsschule).

Os **professores** acompanham o processo de aprendizagem e amadurecimento dos alunos. São orientados pelo currículo (Lehrplan 21) e pelo cronograma de escolha profissional e trabalham em vários documentos nas aulas de escolha profissional.

Os próprios **jovens** desenvolvem competências que lhes permitem tomar decisões sobre a sua própria responsabilidade. O seu apoio e a orientação são importantes para isso.

Mais documentos em
berufsberatung-ow.ch

Como pais e encarregados de educação, participa ativamente na escolha profissional. Junto com o seu filho ou filha, assume a principal responsabilidade pelo processo de escolha profissional. Conte-lhes sobre as suas próprias experiências e dê impulsos e sugestões. Incentive o seu filho ou filha se o processo de escolha profissional for lento ou se houver respostas negativas.

Os **formadores profissionais também desempenham um papel importante**. Oferecem aos jovens informações adequadas e oportunidades de contacto para conhecerem profissões e formações. E garantem as oportunidades de formação.

Os **especialistas em orientação profissional e em formação contínua** fornecem informações e conselhos aos jovens e aos seus pais sobre a escolha profissional e da escola ou da conceção da carreira profissional. A orientação profissional individual pode ser escolhida por vários motivos e em diferentes situações, a oferta é voluntária.

Berufs- und Weiterbildungsberatung BWB

Brünigstrasse 178

6060 Sarnen

Telefone +41 41 666 63 44

berufsberatung@ow.ch

Cronograma da escolha profissional

O cronograma de escolha profissional define várias atividades em sete etapas.

Do ponto de vista do desenvolvimento de muitos jovens, essas etapas são divididas em janelas temporais ótimas. Os jovens passarão pela escolha profissional e da formação de forma muito diferente, porque não existe uma receita uniforme. As etapas de um a três são tão importantes quanto os estágios experimentais reais; servem como preparação e deixam as suas primeiras impressões.

→ O cronograma de escolha profissional encontra-se no meio da presente brochura.

Conhecer-se a si mesmo

Dê ao seu filho ou filha tempo suficiente para este processo. Mesmo ideias pouco realistas têm o seu lugar na primeira fase. Discuta em conjunto com os seus filhos opiniões, pontos fortes e interesses.

Explorar o mundo profissional e do trabalho

Acompanhe o seu filho ou filha em eventos organizados por empresas, associações e outros parceiros. Estes dão uma primeira visão sobre o mundo profissional; imagens, sons e cheiros são percebidos. Experiências reais são importantes. Não substituem os estágios experimentais, mas apoiam os seus preparativos.

Realizar estágios experimentais

O “Regulamento para estágios experimentais” regulamenta a preparação e implementação de estágios experimentais no ciclo de orientação. Aplicam-se estágios experimentais que podem ser realizados durante o horário de aula. Cinco dias letivos estão previstos para isso durante o 8.º ano letivo. O Regulamento é publicado no site www.berufsberatung-ow.ch.

Pesar e decidir, comparar-se com o mundo profissional

O passaporte de escolha profissional é uma parte obrigatória dos documentos de escolha profissional. Documenta os muitos passos grandes e pequenos que o seu filho ou filha toma no processo de escolha profissional. É mostrada assim a confrontação com o assunto. Os estágios experimentais podem ser preparados através das entradas dos pontos fortes e das atividades importantes. Pontos fortes e interesses/atividades devem ser comparados repetidamente com as profissões atuais e devem idealmente combinar. Os formadores profissionais podem perceber em que profissões foram obtidas informações e como funciona o processo de escolha profissional. Os alunos adicionam comentários e anotam as suas impressões e experiências, especialmente durante os estágios experimentais. Durante o processo de escolha profissional, o passaporte de escolha profissional é atualizado repetidamente; a data mostra a versão atual. As assinaturas são uma expressão do facto de que o processo de escolha profissional também é um projeto familiar.

Implementar a decisão

Uma decisão de carreira convincente requer uma análise séria de si mesmo e de diferentes profissões. Para muitos jovens, os estágios experimentais durante as férias de verão do 9.º ano letivo continuam a ser importantes, pelo que a garantia de formação não deve ser concedida demasiado cedo. A celebração precipitada de contratos também pode ser motivo de rescisão de contratos de estágios no caso de jovens capazes.

- Discuta o feedback dos formadores profissionais e outras pessoas responsáveis com o seu filho ou filha. Dependendo do feedback, outras profissões serão exploradas.
- Dê tempo suficiente à sua filha/ao seu filho e apoie o processo de considerar seriamente profissões diferentes.
- A profissão ou a formação deve corresponder aos interesses e pontos fortes de seu filho/da sua filha.
- Não exija uma resposta afirmativa muito cedo, a escolha profissional deve ser concluída e a decisão fortalecida. O seu filho ou a sua filha está a passar por uma fase de desenvolvimento intensivo nesta idade, que não deve ser abreviada.
- Peça aos responsáveis da empresa encarregada da formação profissional prática que solicitem o acesso ao diploma do 9.º ano letivo. Isso aumenta a motivação para o desempenho escolar no 9.º ano letivo e prepara de maneira ideal para a formação subsequente.

Testes de aptidão

O Stellwerk 8 permite que os alunos avaliem o seu desempenho escolar independentemente de notas e níveis. Os alunos trabalham em tarefas que devem corresponder ao seu nível atual de proficiência. O teste Stellwerk é obrigatório na primavera em todos os ciclos de orientação. No liceu, o teste Stellwerk é opcional. Os alunos recebem o resultado na forma de um perfil. Esse pode ser comparado com as profissões desejadas (www.jobskillsplus.ch).

Também serve de base para o planeamento da aprendizagem individual no 9.º ano letivo e pode ser anexado ao dossiê da candidatura. Todos os alunos são testados em matemática e alemão, e os alunos de nível A também em francês e inglês; para alunos de nível B, francês e inglês são opcionais. As áreas de ciências da natureza e tecnologia, imaginação, compreensão técnica e lógica podem ser escolhidas opcionalmente por todos.



Percursos de formação profissional e escolar

Escolher uma profissão também significa escolher uma escola. Depois de completar a escolaridade obrigatória, o seu filho ou filha pode optar por uma formação escolar ou profissional. Decidam em conjunto e perguntem também ao professor qual o caminho adequado.

Uma formação escolar com uma educação geral aprofundada:

- O seu filho/a sua filha gosta de ir à escola e também gosta de aprender.
- O seu filho/a sua filha gosta de adquirir conhecimento.
- O seu filho/a sua filha gosta do ambiente escolar e do estudo em aulas.

Uma formação prática com educação geral e disciplinas relacionadas com a profissão:

- Além da educação geral, o seu filho/a sua filha também gostaria de dedicar-se a disciplinas relacionadas com a profissão.
- O seu filho/a sua filha gosta de trabalhar com pessoas de diferentes idades.
- O seu filho/a sua filha gosta de alternar entre os dias letivos e os dias de trabalho na empresa encarregada da formação profissional prática.

→ A formação escolar requer um desempenho escolar superior. Em alguns casos, os exames de admissão são exigidos ou os critérios de admissão na escola devem ser atendidos. A maioria das escolas oferece dias de experimentação e eventos informativos, para que o seu filho ou filha possam ter impressões diferentes. Uma decisão a favor ou contra a formação escolar só deve ser tomada depois de experimentar diferentes profissões. Dessa forma, é possível avaliar e decidir o que mais gostou e o que realmente combina com o seu filho/filha.

→ Pode encontrar informações sobre a formação em meio escolar no Centro de informação sobre profissões (Berufsinformationszentrum, BIZ) ou em www.berufsberatung-ow.ch e também em sessões de aconselhamento com o profissional de orientação. É importante planear como proceder.



Estilos de decisão

Assim como o seu filho/a sua filha toma decisões em diferentes situações, provavelmente o mesmo acontecerá na hora de escolher uma profissão. As decisões geralmente envolvem algo de todos os quatro aspetos subseqüentes.

- Os planeadores justificam geralmente as decisões imediatamente e preparam-se passo a passo. Conseguem distinguir o importante de algo sem importância e procurar alternativas. Necessitam de muito tempo.
- Os experimentadores tomam decisões espontâneas, estão dispostos a correr riscos e têm coragem de experimentar coisas novas. Tendem a ser obstinados sob pressão. Acham que as decisões precisam ser boas, mas não perfeitas.
- Fazedores tendem a tomar decisões instintivas rápidas. Precisam de uma situação clara e ficam inquietos perante imprevistos. Justificam as suas decisões somente depois. Querem poder tomar decisões a longo prazo.
- Os pesquisadores querem deixar as decisões amadurecerem e precisam de muito tempo. Têm problemas em tomar decisões claras e confiam na intuição e nos sentimentos. Reagem fortemente a influências externas e precisam de muita informação.

Endereços

www.berufsberatung-ow.ch

Berufs- und Weiterbildungsberatung Obwalden
Bildungs-Informations-Zentrum BIZ

Vários documentos sobre a escolha profissional e da escola (estágios experimentais, procura de uma vaga de formação, aplicação BIZ, etc.) e outros temas

www.berufsberatung.ch

Centro de serviços suíço (Schweizerisches Dienstleistungszentrum SDBB)

Informações sobre todas as formações e formações contínuas, filmes, vagas para formação, etc.

[www.lernpassplus.ch /](http://www.lernpassplus.ch/)

Comparação do teste Stellwerk com perfis de profissões

www.jobskillsplus.ch

www.anforderungsprofile.ch

Perfis de requisitos de várias profissões

www.ksobwalden.ch

Diploma do ensino médio na escola cantonal de Obwalden

www.stiftsschule-engelberg.ch

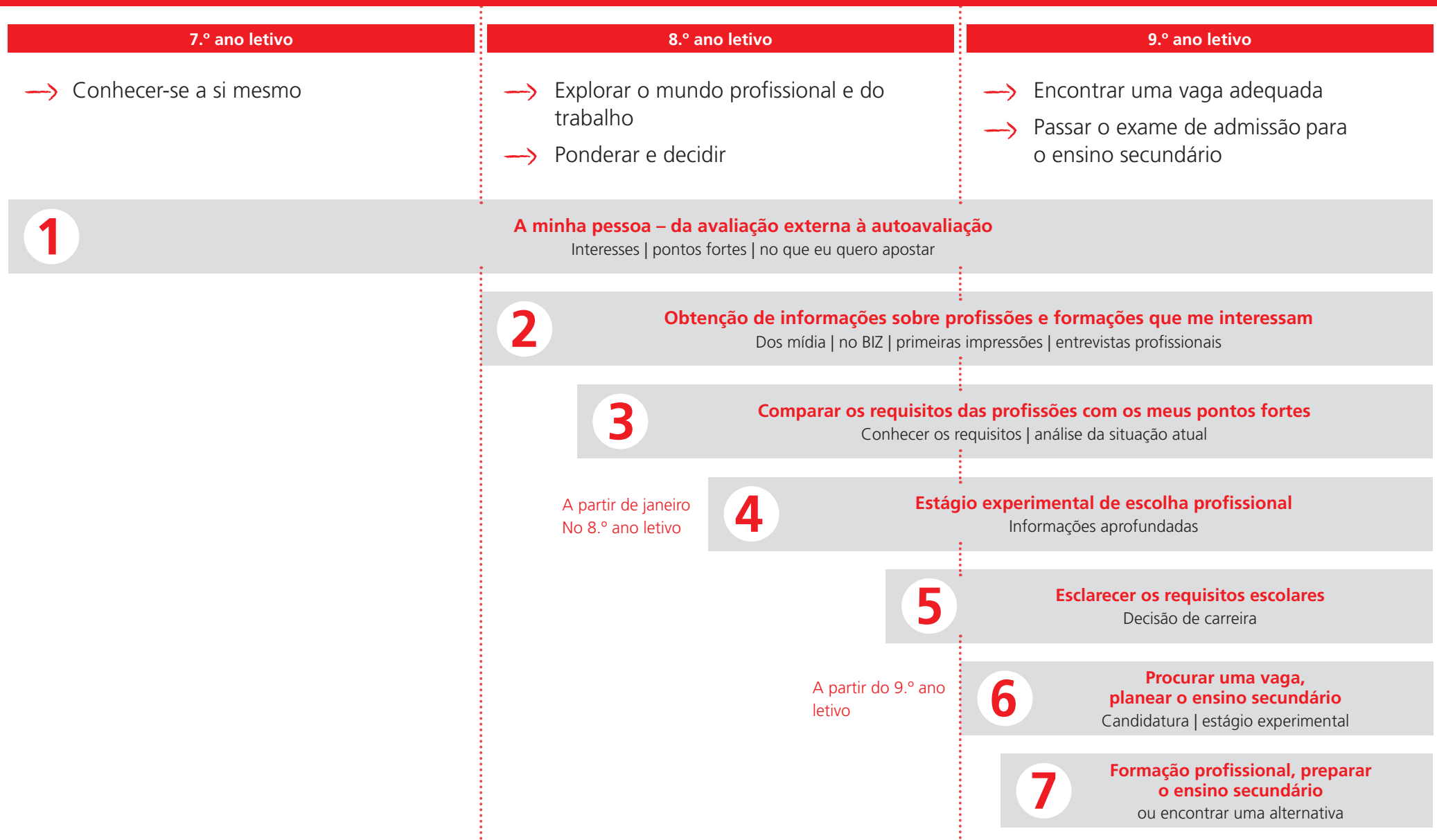
Diploma do ensino médio na Stiftsschule Engelberg (para alunos de Engelberg)

www.fmz.lu.ch

Escolas secundárias em Lucerna, algumas com certificado de formação profissional federal (EFZ) e diploma profissional



O cronograma de escolha profissional





A sua primeira formação – Recomendações para jovens



Kanton
Obwalden

Bildungs- und Kulturdepartement BKD
Berufs- und Weiterbildungsberatung BWB

Berufs- und Weiterbildungsberatung BWB

Brünigstrasse 178

6060 Sarnen

Telefone +41 41 666 63 44

berufsberatung@ow.ch

Mais documentos em
berufsberatung-ow.ch

Diversas etapas para a primeira formação

O processo da escolha profissional irá acompanhar-te durante o primeiro ao terceiro ciclo de orientação. Lidarás com várias profissões e formações e planearás a tua primeira formação. Tomarás algumas decisões e compararás os teus pontos fortes e interesses com as atividades nas mais de 200 formações profissionais.

Estão previstas várias atividades, como as Jornadas de informação profissional (Berufsinformationstage, BIT) e a Feira de educação da Suíça Central (ZEBI), seja em sala de aula para orientação profissional ou no teu tempo livre. Várias pessoas, empresas

e departamentos especializados irão apoiar-te: os teus pais e pessoas de referência, colegas, professores, formadores profissionais, responsáveis de associações profissionais, conselheiros profissionais e outros. Em sala de aula, trabalharás com alguns documentos e, no passaporte de escolha profissional, registarás as tuas descobertas e esclarecimentos mais importantes. Com esta ferramenta obrigatória, terás uma visão geral dos teus passos e poderás mostrar a outras pessoas o que exatamente e quanto fizeste.



O estágio experimental

O estágio experimental no âmbito da escolha profissional

Nos estágios experimentais de escolha profissional, poderás verificar as tuas aspirações profissionais, experimentar diferentes atividades e conhecer profissionais. O estágio experimental de escolha profissional ocorre antes da decisão final relativa à escolha de profissão. Embora entres em contacto com empresas encarregadas da formação profissional, o estágio experimental não se destina a ajudar-te a encontrar uma vaga para formação profissional.

Um estágio experimental dura (dependendo da profissão e da empresa) de 1 a 3 dias, raramente 5 dias. A partir de janeiro do 8.º ano letivo, poderás realizar um estágio experimental de escolha profissional durante 5 dias (consulta o “Regulamento para estágios experimentais” em www.berufsberatung-ow.ch). O teu professor dir-te-á como deves proceder em relação à escola. Deverás considerar também as férias de Carnaval e da Páscoa do 8.º ano letivo, bem como as férias de verão subsequentes para realizar um estágio experimental.

Preparação

Os endereços das empresas formadoras estão disponíveis na aplicação BIZ e no Centro de informação sobre profissões (BIZ). Podes recorrer também a contactos pessoais (pais, padrinhos, tios, conhecidos, professores) para encontrar uma vaga para um estágio experimental.

O pedido é feito por telefone. Deves informar-te como a empresa gere os estágios experimentais e quais documentos são importantes. Prepara-te e anota alguns pontos-chave e perguntas.

Se te apresentares pessoalmente, faz-te acompanhar do teu passaporte de escolha profissional. Deverá estar atualizado.

Esclarece quando e a quem te deves apresentar no primeiro dia do teu estágio experimental, qual o teu horário de trabalho e se te deves fazer acompanhar da farda de trabalho.

Pensa em como chegar à empresa a tempo.

Seguimento

Após cada estágio experimental, é aconselhável uma avaliação em casa e na escola. Conta sobre as tuas experiências e impressões. O teu diário e a avaliação do orientador do estágio experimental são muito úteis.

Execução

Entrega a ficha “Avaliação do orientador do estágio experimental” logo no início. Pede uma entrevista de avaliação no final do estágio experimental. Pede para te mostrarem nessa entrevista quais impressões tiveram de ti e relata também as tuas próprias experiências.

Informa-te se tens uma oportunidade de conseguir uma vaga para formação profissional nessa empresa e quando/como deves proceder em caso de interesse.

Mantém um diário. Modelo no Centro de informação sobre profissões (BIZ) ou em www.berufsberatung-ow.ch.

Faz perguntas aos profissionais e estagiários, eles terão muito gosto em te fornecer as informações. Dessa forma, também perceberão que estás interessado.

Podes registar as profissões numa lista de classificação. As informações dos estágios experimentais, das conversas com a família, amigos e professores, bem como com os especialistas em orientação profissional e de formação contínua irão ajudar-te.



O dossiê da candidatura

A candidatura é a primeira impressão para a possível empresa formadora. É suposto ser um “spot publicitário” pessoal. O dossiê da candidatura contém vários documentos e há alguns pontos importantes a serem considerados. Reescreve a carta de motivação para cada candidatura e adapta-a à vaga anunciada. A tua carta de motivação deve ser única e mostrar o caminho a seguir para a entrevista.

Faz referência aos pontos a seguir:

De que se trata?

Quem és?

Por que razão estás a candidatar-te a esta vaga nesta empresa?

O esforço para criar um dossiê bonito e limpo vale a pena.
Um design pessoal é perfeitamente possível. Um dossiê incompleto pode levar a uma rejeição.

O dossiê de candidatura pode ser enviado por correio ou por e-mail.
Os documentos são os mesmos e devem ser compilados cuidadosamente de uma forma ou de outra.

Receberás toda a informação sobre o dossiê de candidatura e o procedimento em sala de aula ou poderás encontrá-la no Centro de informação sobre profissões (BIZ) e em www.berufsberatung-ow.ch.



Encontrar uma vaga para formação

Consideraste seriamente a tua escolha profissional? A escolha consciente da profissão é um processo longo. Isso inclui debater-se ativamente consigo mesmo, com o próprio futuro, com várias profissões e cursos de formação. O passaporte de escolha profissional mostra exatamente isso. Se desejas tomar uma decisão séria sobre a tua carreira, precisarás de tempo e de uma abordagem bem ponderada. Só então começa a procura por uma vaga adequada.

As vagas nas empresas formadoras de Obwalden e também nos outros cantões são publicadas durante as férias de verão antes do início do 9.º ano letivo. Poderás encontrá-las em www.berufsberatung.ch/lehrstellen e também na aplicação BIZ. Algumas empresas e associações também anunciam as suas vagas diretamente no site da empresa e em anúncios. Ou tomarás conhecimento das vagas durante o estágio experimental. Se enviares o teu dossiê de candidatura no final do 9.º ano letivo, deverás primeiro esclarecer por telefone se a vaga ainda está disponível.

A candidatura ao estágio experimental

Se as empresas te considerarem adequado após a tua candidatura a uma vaga, serás convidado para um estágio experimental. A empresa formadora irá então verificar como te enquadras na profissão e na equipa/empresa. É uma ferramenta fundamental para a seleção de formandos.

Comparar perfis de profissões/testes de aptidão

Juntamente com o dossiê de candidatura envias os teus resultados Stellwerk. Podes encontrar um perfil para a tua profissão de sonho em www.jobskillsplus.ch. Compara este perfil com os teus resultados, adequada-se? Se a empresa exigir que faças outro teste de aptidão, deverás inscrever-te para esse teste. Existem exames que são realizados na empresa, bem como testes padronizados para diversas profissões. Os testes mais comuns são Multicheck (www.multicheck.ch) e Basic-Check (www.basic-check.ch). Também poderás encontrar mais informações sobre a comparação de pontos fortes nos perfis de requisitos (www.anforderungsprofile.ch).

👉 Convite para uma entrevista

Com o convite para a entrevista, superaste um obstáculo importante. De antemão, presta atenção às seguintes questões: Por que razão escolheste esta profissão? Por que razão escolheste esta empresa? Quais são os teus pontos fortes e talentos? Qual a razão para que devas receber esta oportunidade de formação? Também poderás encontrar informações sobre estas questões no site da empresa.

👉 Aumentar a expectativa de sucesso - Dicas em caso de respostas negativas

Continuas à procura de uma vaga.
Como podes melhorar as tuas possibilidades?

- Questiona a empresa formadora e receberás informações sobre o que podes melhorar na tua próxima candidatura e se te consideram adequado para esta profissão.
- Fornece os teus documentos de candidatura a professores, pais ou outros “especialistas” para revisão.
- Estás realmente convencido de que queres aprender esta profissão? Informaste-te bem e conseguiste convencer o formador profissional das tuas habilidades?
- Diferentes capacidades desempenham um papel para as várias profissões: o teu desempenho escolar (diplomas), as tuas habilidades manuais, características pessoais e também o teu gosto em contactar com pessoas novas. As tuas capacidades correspondem realmente à profissão desejada?

Se muitos destes aspetos se adequarem, continua a tentar. Caso contrário, debes pesquisar outras profissões e candidatar-te a essas vagas. Inscreve-te para receberes orientação profissional pessoal e reconsidera a tua escolha.



Já consideraste fazer um ano sabático?
Podes encontrar uma lista de opções em www.berufsberatung-ov.ch.

👉 Escola ou formação profissional – Qual a formação que se adequa a ti?

Escolher uma profissão também significa escolher uma escola. Após a conclusão da escolaridade obrigatória, os jovens com melhor desempenho escolar podem optar pela formação escolar ou profissional e podem, por exemplo, também obter um diploma profissional com uma formação profissional ou concluir o ensino secundário. Pondera isso e discute com os teus pais qual o caminho certo para ti. Podes encontrar mais informações na parte posterior da brochura (recomendações para os pais).

Aconselhamento profissional

Os especialistas em orientação profissional e em formação contínua irão apoiar-te na tua escolha profissional e de escola. Os aspetos individuais são processados e, se necessário, são realizados testes. É importante que colabores de forma empenhada e ativa. A orientação profissional é um serviço voluntário. É útil para as sessões de aconselhamento que estejas acompanhado pelos teus pais.

Podes agendar uma sessão de aconselhamento a partir do 8.º ano letivo, por exemplo, se:

- te sentires inseguro sobre interesses e capacidades profissionais.
- existem apenas poucas vagas na profissão escolhida e te faltam ideias novas.
- não tens certeza se um ano sabático faz sentido.
- te sentires dividido e precisas de apoio para tomar uma decisão.
- não consegues decidir entre uma formação profissional e o ensino secundário.
- não tens a certeza se te agentas até à conclusão do ensino secundário.

Centro de informação sobre profissões (BIZ)

O Centro (BIZ) está aberto três vezes por semana, não sendo necessário uma inscrição. Um especialista disponibiliza ajuda com a procura direcionada. Podem ser encontradas informações sobre:

- Formação básica profissional
- Formação profissional
- Ensino secundário
- Cursos transitórios/anos sabáticos
- Formações e formações contínuas

A formação básica, também conhecida como formação profissional, pode ser explorada com base em interesses pessoais, estando disponíveis vários documentos para o efeito.

 **A aplicação BIZ tem várias funções relacionadas com a procura de estágios profissionais e empresas formadoras.**

As **vagas para estágios** são publicadas, além das fronteiras cantonais para todos os cantões de língua alemã. O **diretório de empresas formadoras** pode ser usado para encontrar empresas para estágios experimentais.

Além disso, as **profissões desejadas** podem ser selecionadas de acordo com a categoria ou interesse. Todas as profissões também estão listadas, ordenadas alfabeticamente ou por área profissional.