



Licenciados do ISPA

Conheça o testemunho de três antigos alunos do ISPA que souberam agarrar as oportunidades. André Soares, Andreia Rodrigues e Joana Duarte são exemplos de jovens que souberam levar a bom porto o sonho de se formarem em Psicologia.

O ISPA foi a sua primeira opção?

Não só foi a primeira como foi também a única.

O que o levou a escolher esta instituição?

Na altura em que tive de escolher a instituição de ensino superior que iria frequentar, o ISPA foi uma das que me transmitiu maior confiança. Esta escolha foi feita um ano antes de ingressar no ensino superior e ficou reforçada durante o meu último ano do secundário, quando comecei a namorar com uma rapariga que frequentava a instituição. Alguns meses antes de ingressar no ISPA, tive a oportunidade de assistir a uma aula de Introdução à Psicologia, tendo sido, provavelmente, o único ou dos únicos alunos que teve a primeira aula ainda antes de ingressar.

Quanto tempo demorou até encontrar o primeiro emprego?

É um pouco difícil responder. Na verdade, nem cheguei sequer a procurar. O primeiro emprego surgiu praticamente dez meses antes de terminar o curso. Estava ainda a frequentar o quinto ano do Mestrado Integrado.

Foi um processo fácil ou nem por isso?

Não foi nem fácil nem difícil. Acabou por ser um processo natural. Fiz o meu estágio no INTEC – Instituto



PSICOLOGIA SOCIAL E DAS ORGANIZAÇÕES

ANDRÉ SOARES

de Tecnologia Comportamental. Aí tive a possibilidade de trabalhar com a directora geral da empresa onde hoje estou a trabalhar. Foi ainda durante o estágio que recebi o convite para ingressar nesta empresa.

Foi a muitas entrevistas?

Na verdade, não fui a nenhuma entrevista antes de ingressar no meu actual emprego... a não ser à entrevista que me deu acesso ao estágio.

Em que locais trabalha?

Na empresa Factor Social.

Que funções desempenha actualmente e desde quando?

Sou Coordenador da Área da Formação, desde Setembro, e ainda sócio e membro do Conselho Fiscal do INTEC.

Como classifica os tempos em que esteve no ISPA?

Por um lado, foram tempos difíceis. Foi difícil abandonar a cidade que me viu crescer (Tomar) e vir para Lisboa. Passei por algumas dificuldades financeiras. Para as colmatar, tive de arranjar emprego. Por outro lado, foram dos melhores anos da minha vida. Os amigos, os professores, a aprendizagem, as festas, etc. Houve ainda o trabalho que desenvolvi no Conselho Pedagógico do ISPA, na Associação de Estudantes, no Gabinete de Bolonha e na Assembleia de Representantes que me permitiu um enorme envolvimento com o ISPA e com toda a família Ispiana - professores, alunos e funcionários.

Que tipo de conhecimentos considera que o ISPA lhe deu e que facilitaram a sua inserção no mundo do trabalho?

Além dos conhecimentos académicos que oferece, o ISPA proporciona ainda um desenvolvimento pessoal. Não consigo imaginar uma instituição de ensino superior sem a proximidade entre alunos e professores que existe no ISPA, sem as múltiplas actividades desenvolvidas como, por exemplo, os debates, as exposições e os ciclos de cinema, que contribuem não apenas para a formação de profissionais como também para a formação de pessoas e de cidadãos conscientes.

Sentiu uma grande diferença/choque quando chegou ao mercado de trabalho?

A maior diferença que senti foi a ausência do ISPA porque sempre passei lá muito tempo. Além das actividades que já referi ter tido no ISPA, fui ainda monitor na sala de informática dos alunos. Já em termos de inserção no mercado de trabalho, não senti grande diferença. Encarei-a apenas como uma mudança de carreira, uma vez que, durante o tempo em que estive no ISPA, trabalhei para conseguir pagar o curso.

Durante o tempo do curso, pensou, muitas vezes, que poderia não conseguir arranjar um emprego na sua área?

Evidentemente que a ideia me passou pela cabeça. Acho que qualquer aluno que frequente um curso de Psicologia passa por isso. Aliás, foi, precisamente, a escassez de emprego que, muitas vezes, me deu força. Sabia que tinha de me diferenciar para arranjar emprego e julgo que todos os estudantes do ISPA devem ter em mente que só se diferenciando é que conseguem alcançar aquilo que ambicionam.

Alguma vez equacionou que tinha feito uma escolha ‘errada’ em termos de futuro e que deveria ter seguido outra área?

Sinceramente não.

Trabalhar noutras áreas, que não a Psicologia, foi algo que surgiu no seu imaginário?

Existem sempre momentos de dúvida e também aquele pensamento de “como seria se estivesse noutra curso?”. No entanto, estou feliz com a escolha que fiz e com a carreira que escolhi.

Na sua opinião, quais são as maiores dificuldades com que os actuais e futuros psicólogos se deparam na actualidade?

Creio que a principal dificuldade é a mesma que existe em grande parte das profissões em Portugal - o desemprego. No entanto, neste aspecto, julgo que também existe um problema que é a falta de empreendedorismo. Os psicólogos recém-licenciados queixam-se de falta de emprego, mas também, com algumas excepções, não fazem por procurar novas oportunidades de negócio. Neste campo, o INTEC – Instituto de Tecnologia Comportamental é um excelente exemplo de como os psicólogos conseguem criar, neste caso, juntamente com profissionais de outras áreas, projectos inovadores e com elevado potencial.

Como podem ser superadas essas situações que aponta?

Tal como disse anteriormente, os psicólogos devem tornar-se mais pró-activos, mais empreendedores. Existem várias áreas na Psicologia que ainda não estão muito exploradas em Portugal e que podem dar origem a novos projectos. São disso exemplo, a Psicologia Política e a Psicologia do Ambiente. A este nível, julgo que as instituições de ensino superior podem assumir alguma importância. Estas devem ser capazes de estimular o empreendedorismo junto dos seus alunos. Esta poderá ser, inclusivé, uma arma num contexto em que aumenta a competitividade entre instituições de ensino superior.

Se hoje tivesse que escolher o ‘seu’ curso voltaria a optar pela Psicologia?

Sem dúvida.

O ISPA foi a sua primeira opção?
Sim.

O que a levou a escolher esta instituição?

Foi o prestígio da universidade na área de Psicologia e os amigos que já estudavam lá.

Quanto tempo demorou até encontrar o primeiro emprego?
Três meses.

Foi um processo fácil ou nem por isso?

Sinceramente acho que tive sorte. Fiz um estágio com jovens que tiveram um percurso de vida delinvente, e com eles desenvolvi alguns programas que foram depois reconhecidos por órgãos dos serviços prisionais. Ao enviar o *curriculum* para esses serviços, fui chamada para os conhecer melhor.

Foi a muitas entrevistas?

Apenas à dos serviços prisionais.

Em que locais trabalha?

No Estabelecimento Prisional de Tires e na Escola Profissional Agostinho Roseta em Marvila.



PSICOLOGIA EDUCACIONAL

ANDREIA RODRIGUES

Que funções desempenha actualmente e desde quando?

Sou psicóloga e professora da disciplina de área de integração numa escola profissional.

Como classifica os tempos em que esteve no ISPA?

Classifico-os com uma certa nostalgia: retiro as amizades que fiz e os conhecimentos que adquiri.

Que tipo de conhecimentos considera que o ISPA lhe deu e que facilitaram a sua inserção no mundo do trabalho?

O ISPA deu-me a base do meu trabalho. Tudo o que faço a nível profissional “vai beber” às fontes teóricas que me foram transmitidas e das quais destaco as do quarto ano de Psicologia Educacional.

Sentiu uma grande diferença/choque quando chegou ao mercado de trabalho?

Completamente. Mas acho que o estágio curricular é um grande treino para aquilo que vamos encontrar lá fora. A meu ver, o curso deveria começar a sua vertente prática mais cedo do que aquilo acontece, ainda que com pequenos investimentos, porque assim as inseguranças poderiam ser menores.

Durante o tempo do curso, pensou, muitas vezes, que poderia não conseguir arranjar um emprego na sua área?

Esse pensamento esteve presente na minha mente desde o primeiro ano do curso até ao primeiro emprego. Dadas as actuais instabilidades, ainda continuo a pensar um pouco.

Alguma vez equacionou que tinha feito uma escolha ‘errada’ em termos de futuro e que deveria ter seguido outra área?

Só senti isso na passagem do terceiro para o quarto ano, no momento da escolha da especificidade, mas dois meses depois de ter escolhido educacional soube que tinha tomado a decisão certa.

Trabalhar noutras áreas, que não a Psicologia, foi algo que surgiu no seu imaginário?

Sim, sou pouco apologista dos sucessivos estágios curriculares por não se encontrar algo melhor na área.

Considero que assim se alimenta um ciclo de pouco reconhecimento da nossa profissão e de justificação para as empresas, instituições e serviços de saúde de não investirem uma parte do seu orçamento na nossa profissão, mesmo que a considerem imprescindível. Como tal, sempre tive disposta a usar a minha criatividade e motivação laboral para outros campos.

Na sua opinião, quais são as maiores dificuldades com que os actuais e futuros psicólogos se deparam na actualidade?

A sobrelotação do mercado de trabalho e os excessivos convites para trabalhar sem remuneração em troca de experiência profissional.

Como podem ser superadas essas situações que aponta?

Com optimismo, paciência e criatividade porque a motivação para trabalhar é algo latente.

Se hoje tivesse que escolher o 'seu' curso, voltaria a optar pela Psicologia?

Hoje é-me difícil rever noutra opção porque sou fruto do amadurecimento como psicóloga e como estudante de Psicologia.

O ISPA foi a sua primeira opção?
Sim.

O que a levou a escolher esta instituição?

Na altura em que concorri falava-se muito da vertente dinâmica do curso de Psicologia e este foi um aspecto que me interessou de imediato. Também conhecia algumas colegas que tinham estudado no ISPA e que falavam muito bem sobre o curso e sobre a universidade.

Quanto tempo demorou até encontrar o primeiro emprego?
Mais ou menos seis meses.

Foi um processo fácil ou nem por isso?

Foi um processo que se revelou muito difícil porque, depois de ter terminado o curso, tive de me inscrever em muitos sites e de procurar informação sobre como responder e agir no momento das entrevistas. Esta não foi uma vertente em que o ISPA apostou durante a licenciatura. Também foi um investimento pessoal do ponto de vista monetário porque tive de comprar mais do que um jornal para ver os anúncios.



PSICOLOGIA CLÍNICA

JOANA DUARTE

Foi a muitas entrevistas?
Bastantes e ainda continuo a ir.

Em que locais trabalha?
Trabalho na PSIMAR, em Faro, e nos "Ginásios de Educação DaVinci" em Faro, Armação de Pêra e Albufeira.

Que funções desempenha actualmente e desde quando?
Faço psicoterapia individual, há poucos meses, e dou formação na área da Psicoterapia; Psicofarmacologia e Neuropsicologia. Além destas funções, também estou inserida num projecto na minha região (Faro) relacionado com a Segurança Social.

Como classifica os tempos em que esteve no ISPA?
Foram tempos de grande aprendizagem

a nível pessoal e profissional de que ainda hoje me recordo.

Que tipo de conhecimentos considera que o ISPA lhe deu e que facilitaram a sua inserção no mundo do trabalho?

Em termos globais, o curso prepara-nos mais ao nível dos conteúdos para sermos bons profissionais no futuro, mas ao nível da preparação para a entrada no mercado de trabalho, considero que não houve tanto essa preocupação.

Sentiu uma grande diferença/choque quando chegou ao mercado de trabalho?

Diferença não tanto. Foi mais falta de apoio que senti porque não estava preparada para procurar trabalho. Foi uma área em que o ISPA não apostava tanto e por isso não tinha muitos conhecimentos nesta área.

Durante o tempo do curso, pensou, muitas vezes, que não poderia conseguir arranjar um emprego na sua área?
Nunca.

Alguma vez equacionou que tinha feito uma escolha ‘errada’ em termos de futuro e que deveria ter seguido outra área?

Não. A Psicologia é uma vocação.

Trabalhar noutras áreas, que não a Psicologia, foi algo que surgiu no seu imaginário?

Na altura do curso não, mas depois, com as dificuldades com que me confrontei, pensei algumas vezes.

Na sua opinião, quais são as maiores dificuldades com que os actuais e futuros psicólogos se deparam na actualidade?

Para os actuais psicólogos é a escassez de trabalho. Para os futuros, é mais ao nível da má formação que existe no momento, culpa de algumas instituições de ensino que não preparam correctamente os alunos para o mercado de trabalho.

Como podem ser superadas essas situações que aponta?

É necessário uma análise dos conteúdos e uma aposta na inclusão de novas cadeiras e com uma maior vertente de prática. Porque não uma cadeira de procura de emprego para ajudar os alunos?

Se hoje tivesse que escolher o ‘seu’ curso, voltaria a optar pela Psicologia?

Sim.
