

FACULDADE JK/MICHELANGELO  
UNIÃO NACIONAL DE ANALISTAS TRANSACIONAIS BRASIL  
UNAT-BRASIL

PÓS-GRADUAÇÃO EM ANÁLISE TRANSACIONAL

(RE) DECISÕES DE CARREIRA: UMA REFLEXÃO  
PARTIR DO CONCEITO DE *SCRIPT* DE VIDA

(RE) DECISÕES DE CARREIRA: UMA REFLEXÃO A PARTIR DO  
CONCEITO DE *SCRIPT* DE VIDA

KARINA DE PAULA REZENDE

UBERLÂNDIA – MINAS GERAIS

2015

**KARINA DE PAULA REZENDE**

**(RE) DECISÕES DE CARREIRA: UMA REFLEXÃO A  
PARTIR DO CONCEITO DE *SCRIPT* DE VIDA**

Artigo de conclusão do curso apresentado à Faculdade JK/Michelangelo e à União Nacional de Analistas Transacionais – UNAT-BRASIL como requisito parcial do curso de Pós-Graduação para obtenção do título de Especialista em Análise Transacional

Orientadora: Ede Lanir Ferreira Paiva

**UBERLÂNDIA – MINAS GERAIS**

**2015**

## **(RE) DECISÕES DE CARREIRA: UMA REFLEXÃO A PARTIR DO CONCEITO DE *SCRIPT* DE VIDA**

### **CAREER (RE) DECISIONS: A REFLECTION FROM THE LIFE SCRIPT CONCEPT**

Karina de Paula Rezende

Faculdade JK/Michelangelo

UNAT- BRASIL – União Nacional de Analistas Transacionais

#### **Resumo:**

O entendimento das questões que influenciam as decisões e redecisões de carreira tem sido um tema frequente no espaço científico. Nesse sentido, o objetivo deste artigo é compreender as (re) decisões de carreira a partir de um conceito-chave da Análise Transacional, o *Script* de vida. Parte-se da premissa de que a constituição do *Script* de vida impacta nas decisões de carreira e o processo de resolução do *Script* pode facilitar escolhas profissionais mais conscientes e autônomas. Para tanto, aborda-se brevemente a evolução do conceito de carreira; os fatores mais relevantes na (re) decisão quanto à carreira são revistos sobretudo, a influência familiar; o conceito de *Script* é colocado destacando-se sua formação a partir das Injunções e Atribuições e apontando a superação da Opressão como alternativa de resolução do *Script*; e por fim, discute-se a influência do *Script* nas decisões iniciais de carreira e na ampliação de consciência sobre essas questões como alternativa para (re) decisões profissionais mais satisfatórias. Observou-se neste estudo que um dos aspectos mais influenciadores na decisão de carreira está relacionado às mensagens parentais, e ao analisar esses aspectos a partir do conceito de *Script*, foi possível compreender melhor as correlações, sobretudo, por meio do entendimento das Injunções e Atribuições. Nota-se também, a necessidade do indivíduo de elucidar alguns aspectos do *Script* e de seus mecanismos Opressores para tomadas de decisão cada vez mais autônomas e satisfatórias. Cabe ressaltar que nos limites do artigo não foram contempladas as diversas facetas da escolha profissional, assim as análises realizadas podem ser completadas por outros estudos. Além disso, sugere-se o aprofundamento e a exploração dos aspectos trabalhados neste estudo para que novas conclusões sejam postas fomentando a comunidade científica interessada.

Palavras-chave: carreira, *Script* de vida, escolha profissional, influência familiar, Análise Transacional.

**Abstract:**

Understanding the issues that influence the decisions and career redecisions has been a frequent topic in the scientific space. In this way, the purpose of this article is to understand the career (re) decisions from a key concept of Transactional Analysis, the life Script. It starts with the premise that life Script constitution impact on career decisions and Script resolution process can facilitate more aware and autonomous career choices. Therefore, it discusses briefly the evolution of the career concept; the most important factors in (re) decision on the career are reviewed especially the family influence; the concept of Script is placed emphasis on their training from the Injunctions and Assignments and pointing overcoming Oppression as Script resolution alternative; and finally, is discussed the influence of Script in the early career decisions and to expand awareness of these issues as an alternative to most satisfying career (re) decisions. It was observed in this study that one of the most influential aspects in the career decision is related to parental messages, and to analyze these aspects from concept to Script, it was possible to better understand the correlations, especially through the understanding of the Injunctions and Assignments. Note also, the need of the individual to clarify some aspects of the Script and their Oppressors mechanisms for decision-making increasingly autonomous and satisfactory. Note that the article limits have not been addressed the various facets of career choice, so the analyzes can be supplemented by other studies. In addition, it is suggested the further development and exploitation of aspects worked in this study so that new findings are put fostering interested scientific community.

**Key-words:** career, life Script, career choice, family influence, Transactional Analysis.

**Introdução**

Nota-se, nas últimas décadas, a transformação no mundo do trabalho frente à globalização dos mercados acompanhada pelas velozes mudanças tecnológicas que instabilizam e dinamizam as relações profissionais, revelando fronteiras mais tênues entre as ocupações. Diante desse contexto de imprevisibilidade do mercado, marcado pela coexistência de oportunidades, inseguranças, flexibilidade e incertezas no que se

refere à decisões de carreira, o indivíduo que antes decidia e projetava sua profissão à luz de referenciais mais externos ligados aos sistemas estruturados de administração de carreira das organizações, atualmente vivencia uma realidade completamente diferente em que a responsabilidade pela gestão da vida profissional que antes pertencia à organização, passou a ser atribuída ao profissional (MIRVIS; HALL, 1996).

A partir disso, espera-se cada vez mais que o indivíduo decida sobre sua carreira pautando-se em seus valores, vontades, e características pessoais (HALL, 2002). Propósito de vida e carreira, fatores singulares que constroem a marca profissional de cada um, são temas recorrentes na construção de uma carreira sólida (BENDER, 2009).

O autoconhecimento é, mais do que nunca, pilar na construção de um projeto profissional consciente (DUTRA, 2002). Nesse sentido, compreender os fatores que influenciam nas decisões de carreira, sobretudo, os psicológicos, tem sido preocupação de diversos autores (KRAWULSKI et. al, 2000; SOARES, 2002; MOURA; MENEZES, 2004; FILOMENO, 2005; SANTOS, 2005). Infelizmente ainda se percebe, na literatura especializada, algumas lacunas quanto à compreensão das variáveis psicológicas que ocasionam a redecisão de carreira, ou seja, os elementos psicoemocionais que fazem com que o indivíduo revise sua escolha profissional e opte por alterá-la ou mesmo ajustá-la.

A questão é: o que acontece no universo psicológico do indivíduo para que ele defina uma carreira em detrimento a outra? E mais: o que faz aquele que já tomou essa decisão, redecidir-se por outra carreira, muitas vezes completamente diferente da primeira?

O entendimento das questões psicológicas em ambos os estágios - decisão e redecisão de carreira - exige partir de um referencial que oportunize a compreensão de todo o processo do evoluir humano em direção à autonomia, para então problematizar cada fase considerando suas vicissitudes emocionais.

A Análise Transacional, enquanto abordagem teórica da personalidade e método terapêutico possibilita essa leitura estrutural e funcional do ser humano em suas diferentes facetas, em busca da autonomia e autenticidade em suas escolhas de vida.

Com isso, este artigo tem como objetivo compreender os fatores de (re) decisões de carreira a partir do recorte de um conceito-chave da Análise Transacional - o de

*Script* de vida - tendo como premissa que o processo de resolução do *Script* pode facilitar escolhas profissionais mais conscientes e autônomas. A escolha por esse tema se dá pela vivência profissional da autora atuando com pessoas em processos de (re) decisão de carreira, em busca de sentirem-se satisfeitas com suas escolhas ao perceber que essas estão em conformidade com seus propósitos de vida.

Para tanto, será abordada brevemente a evolução do conceito de carreira, ressaltando as variáveis que impactam na conceituação contemporânea. Os fatores mais relevantes na (re) decisão quanto à carreira são revistos sobretudo, a influência familiar. O conceito de *Script* é colocado, e por fim, discute-se a influência do *Script* nas decisões iniciais de carreira bem como a ampliação de consciência e ação sobre essas questões como alternativa para (re) decisões profissionais mais autênticas e satisfatórias.

### **Carreira: o que é?**

A palavra carreira tem origem no latim *via carraria*, que se refere à estrada rústica de carros, esse termo sofreu transformações ao longo da história sendo que a partir do século XIX passou a se referir à trajetória de um indivíduo na sua vida profissional (MARTINS, 2001). O entendimento do conceito de carreira do ponto de vista profissional pode ser compreendido como um dos mais complexos de se caracterizar, devido às inúmeras transformações ocorridas em seu significado, notadamente a partir do início do século XX (COSTA; BALASSIANO, 2006).

Segundo Sonnenfeld e Kotter (1982) existem quatro fases importantes para se compreender a evolução do conceito de carreira ao longo da história, quais sejam: 1 – Abordagem da Estratificação Social, a partir de 1890 – diretamente vinculada à emergência da sociologia. Essa vertente pressupõe que classe social era o fator externo mais importante para a determinação da ocupação profissional, já que os indivíduos e o ambiente social eram considerados relativamente imutáveis. Nessa perspectiva, em geral, os filhos seguiam as carreiras de seus pais como continuidade de seus ambientes sociais. 2 – Abordagem dos Traços de Personalidade, a partir de 1920 - relacionada ao avanço dos estudos psicológicos, busca ampliar o entendimento dos fatores internos de personalidade como preponderantes nas decisões de carreira. Destaca-se nesse período a elaboração de tipologias classificatórias de personalidade relacionadas com predisposições vocacionais, considerando o indivíduo e o meio em que vive relativamente estável sujeitos a mudanças controláveis. 3 – Abordagem dos Estágios de

Carreira, a partir de 1950: à luz da sociologia e psicologia organizacional, esta perspectiva postula o caráter dinâmico da carreira a depender dos estágios de vida marcados por diferentes necessidades, preocupações, envolvimento, aspirações e interesses. 4 - A abordagem centrada no desenvolvimento adulto ao longo do ciclo de vida, a partir de 1970: sob a ótica da psicologia do desenvolvimento, essa abordagem adota uma visão mais dinâmica e integrativa na compreensão de carreira percebendo que os diversos estágios de carreira interagem com a totalidade da vida dos indivíduos ao longo do tempo, envolvendo não apenas o universo do trabalho, mas outros aspectos da vida do indivíduo como a família e as demais interações sociais. Sendo assim, carreira, vida familiar e social interagem e se influenciam mutuamente.

Do ponto de vista organizacional, dois grandes modelos de carreira são expoentes na literatura: o tradicional e o moderno. O primeiro figurado até início do século XX caracteriza carreira como propriedade estrutural das empresas, onde a progressão ocupacional era linear e vertical, prioritariamente masculina, centralizadora, e com relativa estabilidade e benefícios assegurados. Já o segundo, entende carreira como uma propriedade individual, em que a progressão se dá de forma descontinuada, mais horizontal do que vertical, marcada pelo conceito do que é importante para o indivíduo e pela flexibilidade das relações de trabalho (DUTRA et. al, 2001).

O contexto atual de carreira exige habilidades intrapessoais de autoavaliação e exploração da identidade, possibilitando a construção de uma “bússola pessoal” que norteie as ações de carreira e de vida (MARTINS, 2001). Nessa mesma perspectiva, Schein (1996) afirma que os indivíduos entram no mercado de trabalho com muitas expectativas, mas com poucas informações válidas a seu próprio respeito e aos fatores internos que os fizeram escolher determinadas atividades laborais em detrimento a outras.

Tais transformações no modo de se perceber as profissões explicitam um espaço contextual de oportunidades para as pessoas fazerem escolhas de vida e carreira administrando a si próprias, o que proporciona o surgimento de novas configurações de carreira como a denominada por Evans (1996) de espiral, ou em ziguezague, na qual a pessoa desenvolve mais de uma carreira durante o curso de sua vida e/ ou até simultaneamente, em detrimento da estrutura vertical tradicional.

ser” (BOHOSLAVSKY, 1998, p.28). Definir atuar com determinada carreira é tornar-se determinado ser realizando determinada atividade, ligado a objetos, pessoas, e atividades específicas, implicando na constituição da identidade do sujeito.

Segundo Santos (2005), um dos fatores que mais influencia nessa definição de quem ser e quem não ser, em termos profissionais, é a família. Em seu estudo, a autora analisou as percepções de 16 jovens quanto à influência da família e seus pares na escolha profissional, suas conclusões foram de que a primeira tem grande influência sobre essa escolha, sendo a — opinião dos pais— e o — sentimento gerado pela opinião dos pais—os expoentes desta influência.

Ao se debruçar nas questões familiares que impactam nas decisões de carreira, Soares (2002), defende que essa influência se inicia já no nascimento do indivíduo, momento em que os pais definem uma série de expectativas, desejos, sonhos, preocupações e delimitações sobre o futuro do filho envolvendo também aspectos de carreira. Por vezes, tais expectativas parentais refletem nada mais do que sonhos e objetivos deles que não puderam se realizar em suas vidas e que são transferidas ao filho.

Filomeno (2005) complementa essa perspectiva afirmando que os filhos assimilam os desejos dos pais quanto à carreira conforme aspectos explícitos como as mensagens ditas pelos familiares bem como pelos fatores implícitos como a maneira como a criança percebe a vivência dos papéis profissionais de seus familiares. O que é interessante ressaltar é que independente do que é assimilado pela criança em seu ambiente familiar, inevitavelmente ao escolher uma determinada carreira, ela estará seguindo, confrontando, ou, mesmo, transformando a ideologia e concepção de mundo de sua família.

É no período da adolescência que em geral se salienta o primeiro momento de escolha profissional. Período de transição marcado por instabilidades e crises na personalidade, a adolescência caracteriza-se pela reestruturação da identidade do indivíduo uma vez que há uma perda da vida infantil, e ao mesmo tempo, desejos e ansiedades por se tornar um adulto. Nesse momento de confusão entre ser criança e ser adulto, o adolescente experimenta sentimentos de angústia e fracasso por não assumir plenamente nenhuma dessas identidades (BOHOSLAVSKY, 1998).

Logo, se antes o indivíduo atribuía às organizações suas decisões profissionais e possuía poucas opções já previamente estruturadas e verticalizadas de crescimento, hoje está imerso em um contexto de plasticidade de carreira, marcado por inúmeras possibilidades podendo rever constantemente suas escolhas e trajetórias. Retomando que a palavra carreira em sua origem em latim está ligada a estrada, pode-se dizer que essa estrada ou trajetória atualmente está em permanente construção sob direção do indivíduo a que pertence.

### **Fatores Influenciadores nas Decisões e Redecisões de Carreira**

O empoderamento da escolha profissional e sua constante reedição traz consigo a necessidade ainda maior de compreensão dos fatores que influenciam nesse momento justamente para que as decisões sejam tomadas de maneira consciente, minimizando angústias provenientes da grande responsabilidade de autogestão profissional.

Ao longo da história e evolução do conceito de carreira, em suas diferentes fases descritas por Sonnenfeld e Kotter (1982), vários estudos foram realizados no sentido de compreender melhor os fatores ligados às escolhas profissionais. Destaca-se a tradicional teoria dos traços de personalidade, tipologias e testes de aptidões para se definir ocupações mais produtivas para cada indivíduo mediante as demandas industriais vigentes.

Entretanto, numa perspectiva contemporânea sobre o tema de escolha profissional, ressalta-se o trabalho do psicólogo argentino Rodolfo Bohoslavsky (1977/1996). Para o autor, diversos aspectos como políticos, econômicos, sociais, educacionais, psicológicos e familiares constituem o sujeito e o influenciam em suas escolhas ao longo da vida, inclusive no âmbito ocupacional.

Mais do que isso, todos esses fatores fazem com que essa escolha seja constituída de um sentido, isto é, o indivíduo é compreendido como sujeito de escolha, e, portanto, não realiza uma atividade ocupacional puramente para satisfação de suas necessidades biológicas, mas por um propósito essencialmente humano dado àquela atividade, que transcende os limites do corpo orgânico e imprime a marca existencial de sua escolha profissional (BOHOSLAVSKY, 1998)

Nesse sentido, refletir sobre o futuro profissional não é somente “definir o que fazer, mas fundamentalmente, definir quem ser e, ao mesmo tempo, definir quem não

Em meio a isso, o jovem é convidado a assumir um projeto de carreira que, muitas vezes é entendido por ele e sua família, como incontestável e irrefutável, ou seja, a escolha certa que o guiará em toda sua vida profissional.

Bohoslavsky (1998) pontua que quando o jovem não consegue realizar uma leitura consciente e madura dos aspectos que permeiam suas escolhas profissionais é possível que as decisões de carreira sejam pouco autênticas e satisfatórias para o indivíduo.

Devido às decisões prematuras sobre profissões que envolvem poucos critérios de avaliação da pessoa sobre sua escolha, torna-se crescente o entendimento das redecisões de carreira comumente observadas na fase adulta, na qual o sujeito se percebe insatisfeito com sua primeira escolha e busca redefinir seu projeto profissional.

Ao se analisar a carreira universitária, por exemplo, estudos apontam desistência nos cursos superiores, chegando a 40% em graduações específicas (MARINI, 2001 apud MOURA; MENEZES, 2004). Há também uma crescente demanda de universitários ou ex-universitários por trabalhos de re-orientação profissional (HOTZA; LUCCHIARI, 1998 apud MOURA; MENEZES, 2004).

Krawulski et al. (2000) em seus trabalhos de re-orientação profissional, afirmam que os públicos que mais procuram rever suas escolhas profissionais com apoio especializado são universitários por não sentirem satisfeitos com o curso, ou porque querem ter mais certeza da escolha, ou mesmo porque temem não conseguir colocação profissional quando formarem-se; desempregados que buscam identificar uma nova opção profissional; e profissionais insatisfeitos com suas carreiras que por diversos motivos sentem que não escolheram suas profissões, mas — foram escolhidos — e buscam encontrar suas — verdadeiras profissões.

Ainda para Krawulski et al. (2000), enquanto os jovens buscam apoio por viverem uma pressão interna e familiar para se definirem quanto a qual profissão escolher, nos casos de re-orientação também há uma pressão, entretanto neste caso, decorrente da frustração por uma escolha malfeita ou por ter que — começar de novo. Além disso, elas ressaltam que o jovem como o adulto sofrem pressões familiares, sendo que para o adolescente esta pressão refere-se a realizar a escolha certa para não ter que re-escolher, e que coincida com as expectativas e escolhas já feitas pela família;

enquanto que o adulto é pressionado para permanecer atendendo às expectativas familiares, o que pode dificultar ou mesmo impedir mais uma vez, a busca pelas próprias escolhas profissionais.

### ***Script de vida: conceito, formação e resolução***

Segundo Berne (1988) todo indivíduo possui um plano de vida pré-consciente desenvolvido com base nas vivências - reais ou imaginárias - da primeira infância sob influência parental. Intitulado por esse autor de *Script de vida*, esse plano guia o comportamento do sujeito nos contextos mais relevantes de sua vida.

Possuir esse plano de vida mediante a influência parental é fundamental para a constituição do sujeito devido a três fatores (BERNE, 1988): 1 - dá um propósito à vida - as crianças geralmente fazem algo em função de seus pais; 2 - o *Script* oferece uma forma aceitável para estruturar o tempo das crianças - aceitável para seus pais; 3 - atende a necessidade de se ter um padrão de como fazer as coisas, assim os pais programam seus filhos transmitindo o que aprenderam ou que pensam ter aprendido.

As influências parentais se dão desde as informações sobre a ancestralidade da família, estórias familiares, aspectos ligados ao desejo pela concepção da criança e à cena da concepção em si, ordem de nascimento na estrutura familiar, escolha de nomes e sobrenomes, dentre outros fatores (BERNE, 1988).

Assim, analisar um *Script de vida* seria estudar as decisões tomadas pelas pessoas durante a primeira infância, compreendendo a maneira pela qual os pais transmitem aos filhos as informações sobre a família, sobre si e eles, e o mundo, apontando o que desejam ou não desejam que seus filhos façam na vida (STEINER, 1976).

Estas comunicações dos pais para com as crianças tendem a ser sutis, não verbais ou veladas e se dá, sobretudo, por meio das Atribuições e Injunções.

### ***Injunções e Atribuições***

As Injunções são mensagens proferidas pelos pais de proibições ou inibições do comportamento livre da criança, sendo sempre uma negação de uma atividade (STEINER, 1976). Segundo Berne (1988) para que uma Injunção seja inserida

solidamente na mente de uma criança, deverá ocorrer com frequência e as transgressões a essas deverão ser punidas, com exceção de casos trágicos como situações de espancamentos, em que uma única experiência pode gravar uma Injunção na vida toda da criança.

Steiner (1976) coloca que as Injunções variam de acordo com o alcance, a área de restrição, e a malignidade. Algumas Injunções podem ter um alcance restrito do comportamento, tais como “não cante” ou “não coma doce” enquanto outras podem ser bastante abrangentes, a exemplo “não seja feliz”, “não tenha sucesso”. Já a intensidade das Injunções determinará a área de restrição dos comportamentos, a depender das consequências da desobediência ou quebra da Injunção. Ou seja, quando a Injunção é dada com grande intensidade, a exemplo “não seja feliz”, qualquer expressão contrária —mínimo indício de felicidade — terá impactos severos, e quando a intensidade é menor, a desaprovação quanto à sua transgressão será mais branda. Quanto à malignidade avalia-se o grau destrutivo de longo prazo da Injunção, por exemplo uma negativa como “nunca seja alegre” pode impactar em diversas escolhas importantes de vida do sujeito, já “nunca toque na tomada” pode ter um grau destrutivo menor, já que ao amadurecer a criança pode aprender com mais facilidade a tocar na tomada sem se machucar.

Goulding e Goulding (1979; 2010) elaboraram uma lista das principais Injunções que observaram em suas práticas clínicas, quais sejam: — Não — fornecidas por pais que por diversos fatores, têm medo por isso não permitem que a criança realize atividades comuns (“não ande de patins”, “não suba em árvores”). Quando a criança cresce, a Injunção se transforma em “talvez fosse melhor que você pensasse mais sobre isso”. Alguém sujeito a esse tipo de negativa terá maiores dificuldades em tomar decisões em sua vida por sentir-se inseguro. Não seja ou Não exista – uma das mais letais das mensagens, pode ser oferecida pelos pais, babás, irmãos mais velhos de forma mais sutil por meio de comportamentos não verbais de descuidos ou de maneira mais direta como “se não fosse por você não teria que estar casada com seu pai”, “seu parto foi horrível, sofri muito”. Com essa Injunção o indivíduo tende a não se permitir ter escolhas que proporcionem sucesso, satisfação ou progressão de vida. Não se aproxime, Não confie ou Não ame – se os pais desencorajam a criança quando ela quer estar mais perto, pode ocorrer esta interpretação. Pode ser passada mediante acidente, morte ou separação dos pais. A criança pode decidir “não adianta me aproximar, eles acabam

morrendo” ou “farei tudo sozinho” ou “nunca confiarei em alguém”. Pessoas que tomam essa decisão podem ter dificuldades de relacionamento pessoal e profissional. Não seja importante – quando a criança sente que foi depreciada seja pelos pais ou na escola (vítimas de preconceito, racismo, dentre outros). Essa negativa interfere diretamente na autoestima e autoconfiança do sujeito que a internalizou. Não seja criança – mensagem oferecida quando os pais desejam que as crianças controlem seus instintos e desejos muito cedo, ou mesmo quando essas são direcionadas a cuidarem dos irmãos mais novos (“Só bebês choram”, “você já é um homenzinho”). Quando se experencia plenamente a infância, o adulto tende a ter mais facilidade em identificar e manifestar seus desejos e vontades, por isso, ao gravar essa Injunção o sujeito terá maiores dificuldades em identificar e fazer o que gosta. Não cresça – Injunção geralmente dada ao último filho ou diante da puberdade com o intuito de cessar o amadurecimento do filho (“não cresça ou não te amarei”). Assim, o adulto terá maiores dificuldades em fazer escolhas de vida pessoal e profissional que denotem maturidade e progresso. Não consiga ou Não seja bem-sucedido – quando um dos pais se sente inferiorizado ou vencido diante de seu filho ou mesmo quando um deles oferece críticas constantes aos resultados dos filhos – não vença ou eu não gostarei de você, você não consegue fazer nada direito. Em especial, essa Injunção é dada pelo pai ao filho nos relacionamentos de trabalho, ao dizer “você nunca faz nada direito”. Com isso, o filho pode decidir “eu mostrarei a ele, trabalharei duro”, buscando lutar contra essa Injunção, ou “eu simplesmente não sou bom em...” (especialidade do pai), ou “Ele está certo`... eu não sei fazer nada direito”. Algumas pessoas tornam-se fracassados ou mal-sucedidos na tentativa de “honrar” as expectativas dos pais, comumente elevam suas metas para não reconhecer e desfrutar dos pequenos sucessos. Não pertença – pode ser uma decisão familiar como “não pertencemos à comunidade, apenas uns aos outros” ou “não deveríamos estar neste país e sim noutro”. Também pode se tratar de uma decisão individual, quando a criança não se identifica com as características da família ou ambiente em que vive. Diante dessa Injunção é difícil para a pessoa fortalecer sua identidade sabendo de onde veio, sentir-se segura quanto às suas origens e conquistar novos espaços na vida. Não esteja bem ou “não seja saudável” — quando a criança recebe incentivo e atenção dos pais em momentos de doença (“não esteja bem para que cuidemos de você”) ou mesmo quando os pais se percebem mais doentes do que seus filhos e por isso declaram “não seja saudável para que nós não tenhamos que olhar para nossas próprias doenças”. Em geral, as pessoas que internalizam essa Injunção em

situações de crise pessoais e profissionais tendem a adoecer para sentirem-se “cuidadas”. Não seja você, o sexo ao qual pertence – quando os pais valorizam mais o sexo oposto, a criança pode tomar diversas decisões tais como escolher a orientação sexual oposta à de seu sexo, realizar cirurgias transexuais (em situações de maior intensidade da Injunção), adotar atividades “apropriadas” para o sexo oposto, até mesmo uma profissão típica do outro sexo. Ou mesmo, prosseguir com decisões ligadas ao seu sexo, mas continuar sentindo-se inferior, uma “decepção” para seus pais por ser de determinado sexo.

Além dessas, os referidos autores consideram as Injunções de pensamento: “não pense”, similar a “não cresça”, ou “não pense a respeito de X”— temas proibidos na família; ou mesmo “ não pense o que pensa, pense o que eu penso”. Há também as Injunções de sentimentos: “não sinta”, parecida com “não se aproxime”, “ não sinta X” — um sentimento específico, ou “não sinta o que sente, sinta o que sinto” (GOULDING; GOULDING, 1979; 2010).

Em todas as circunstâncias as Injunções podem ser explícitas ou implícitas, diretas ou sutis, verbais ou não verbais, reais ou imaginárias, e dependem da escolha da criança em internalizar, rejeitar ou modificar essas mensagens.

Ao decidir o que não deve ser ou fazer, a criança também decide o que deve ser ou fazer para atender a determinada Injunção. Essas mensagens parentais sobre como agir e pensar são denominadas de Atribuições, ao cumprir essas a criança é reforçada enquanto que ao agir contrariamente à Injunção, ela é punida. Exemplos de Atribuições poderiam ser “trabalhe duro” em relação a uma Injunção ligada à “não exista”, neste caso o sujeito decide trabalhar bastante para minimizar suas tendências suicidas advindas daquela Injunção. Nessa lógica, as figuras parentais têm o poder de moldar seus filhos a fazerem ou não fazerem determinadas escolhas de vida, a depender das Injunções e Atribuições fornecidas na infância (STEINER, 1976).

Ao realizar escolhas de vida que atendam às Injunções e Atribuições internalizadas, a pessoa cumpre seu *Script* ao mesmo tempo em que reduz seu nível de consciência acerca da autenticidade e autonomia de suas vontades e escolhas.

### **Superação da Opressão como alternativa de resolução do *Script***

Partindo do referencial da Psiquiatria Radical, Steiner (1975 apud COSTA, 2015) considera que quanto mais imerso em seu *Script*, maior o nível de alienação do indivíduo sobre suas capacidades e potencialidades naturais. As origens dessa alienação se dão nas diversas manifestações da Opressão, que nada mais é do que subtrair por meio de ações físicas e mensagens psicológicas, a Autonomia do outro para moldá-lo conforme preceitos sociais, culturais, e familiares já estabelecidos. O autor salienta que a alienação é mais do que a separação do indivíduo em relação aos demais; é o isolamento de si mesmo, de suas potencialidades, capacidade de realizar atividades laborais que tenham sentido e prazer verdadeiros, de pensar e sentir com Autonomia, e ter relacionamentos interpessoais autênticos.

Dois fatores são fundamentais para a superação da Opressão e consequentemente libertação das Injunções e determinações do *Script*: conscientização da Opressão, incluindo suas origens e causas, e o contato cooperativo com os outros, que unidos, poderão mover-se contra a Opressão sob alguma forma de ação (CREMA, 1985). Nesse sentido, o indivíduo deverá tomar consciência de que a maneira como se relaciona com os outros, seus pensamentos, sentimentos, crenças sobre si e os outros, bem como suas decisões pessoais e profissionais passam pelas Injunções e demais mensagens opressoras que internalizou na infância, elementos constituintes de seu *Script*.

Costa (2015) realizou um estudo com o objetivo de ampliar a consciência sobre as Opressões culturais vivenciadas pela mulher, em especial em relação ao trabalho apontando como alternativa a análise de *Script* como intervenção terapêutica para o entendimento e superação das fontes de Opressão. Como resultado do trabalho, a autora propõe um modelo contendo seis Níveis de Consciência da Opressão: 1 - Inconsciência da existência de situações opressoras, representa a completa alienação. Neste nível, as situações opressivas do *Script* de vida são reproduzidas sem consciência do desconforto produzido por essas. Portanto, as formas de pensar, agir, sentir, e relacionar-se são repetições das Injunções e Atribuições do *Script* sem manifestações autênticas do indivíduo. 2 - Consciência da repetição das situações opressivas, associada à falta de conhecimento das causas desta Opressão. Há um despertar da consciência quanto às crenças que justificam a repetição. Neste nível, a pessoa evita o contato com as

Injunções do *Script* que a fazem pensar, agir, sentir e relacionar-se conforme as Opressões estabelecidas. Similar a uma criança que repete "Eu não deveria fazer isso", enquanto evita o contato com "Papai não gosta disto" ou "Papai não gosta de mim quando faço isto", sem compreender exatamente os motivos pelos quais precisa agir de determinada forma e não outra. 3 - Consciência das situações opressoras, consciência da causa dessas Opressões, falta de consciência da possibilidade de mudar. Há consciência da Opressão (desconforto por repetição), consciência da causa (que seria "Papai não gosta disto"), a pessoa tenta evitar a tomada de consciência da possibilidade de mudar, porque isso iria colocá-la em contato com a experiência pré-consciente em que o *Script* foi internalizado e o medo de reviver essa vivência. 4 - Consciência da situação opressiva, consciência das causas desta Opressão, consciência da possibilidade de mudar, associada à falta de consciência do potencial e poder pessoal para superar a Opressão. Quando há consciência da possibilidade de mudar (o que para a criança seria desobedecer às regras estabelecidas pelas figuras parentais) a pessoa pode tentar evitar a consciência de sua capacidade e potencial para a mudança, justamente devido ao medo de reviver a experiência de decisão de seu *Script* e internalização das Injunções e porque esta pessoa espera encontrar um ambiente hostil e opressor ao fazer isso. 5 - Consciência da situação opressiva, consciência das causas desta Opressão, consciência da possibilidade de mudar, consciência do potencial e poder pessoal para superar a Opressão, associada à falta de consciência sobre a importância do contato interpessoal para a libertação. O contato terapêutico e contato cooperativo com outras pessoas ainda são necessários para criar um ambiente favorável (adequado) e seguro que estimule a pessoa a superar seu *Script* e agir com maior Autonomia. 6 - A consciência da situação associada ao contato cooperativo promove a superação da Opressão. Uma vez que existe a consciência da Opressão, sua superação exige motivação inicial do oprimido e o contato com outros que, quando unidos, mobilizam o sujeito contra a Opressão. A libertação da Opressão ocorre na medida em que a consciência e o contato cooperativo com outros fazem com que uma ação seja tomada num movimento contrário à Opressão.

Assim, libertar-se do *Script* requer conscientizar-se gradualmente de sua programação, considerando a possibilidade de revisar as decisões tomadas na infância a partir das novas informações da fase adulta. Segundo Stewart e Joines (2002), qualquer processo de superação ou cura do *Script*, requer um exercício contínuo e progressivo de

aprender a realizar novas escolhas que podem ser comportamentais, cognitivas e/ou afetivas. Em outras palavras, alguém que supera seu *Script* somente pode fazê-lo agindo, sentindo e/ou pensando sob novas maneiras.

### **As (re) decisões de carreira e os desdobramentos do *Script***

Conforme dito inicialmente, o objetivo deste artigo é compreender as (re) decisões de carreira à luz do conceito de *Script* (BERNE, 1988; STEINER, 1976). Pondera-se que esta ótica ainda não foi proposta especificamente na literatura especializada, portanto cabe discutir alguns textos científicos relacionados à escolha profissional que destacam as influências familiares na decisão de carreira, estabelecendo possíveis caminhos e contrapontos com os referenciais teóricos de *Script*.

Partindo dos estudos sobre escolha profissional, nota-se que as principais questões colocadas por quem vivencia esse momento relacionam-se a escolher profissões que “dêem dinheiro”, ou mesmo que “os pais concordarão”, bem como que seja uma decisão “certeira” em que o jovem não venha a se arrepender depois (FILOMENO, 2005; SANTOS, 2005).

Ao visitar o conceito de *Script*, é possível relacionar tais colocações com as mensagens parentais e crenças internalizadas pelo jovem fazendo ressonância com as preocupações que pairam na mente no momento de se decidir uma carreira. Segundo Steiner (1976, p.61) a criança, partindo dos recursos e informações que dispõe:

Decide que uma certa posição, expectativas e curso de vida constituem uma solução razoável para a problemática existencial na qual ela se encontra. Essa problemática deriva do conflito entre as suas tendências autônomas e as Injunções recebidas do seu grupo familiar primário.

Nessa lógica, os diversos conflitos já observados no jovem diante da escolha profissional (BOHOSLAVSKY, 1998; KRAWULSKI et al., 2000; SOARES, 2002; FILOMENO, 2005; SANTOS, 2005) podem refletir as circunstâncias em que a problemática existencial dita por Steiner (1976) torna-se ainda mais proeminente apontando de um lado, as tendências autônomas do jovem mediante a infinidade de opções de carreira disponível, e de outro, as expectativas dos pais reveladas por meio de uma série de Atribuições e Injunções internalizadas, agravando o desconforto do jovem e salientando seus conflitos.

Krawulski et al. (2000, p. 84) ilustra este quadro por meio da seguinte estória: "Num belo dia, passeando com seus dois filhos na pracinha, uma distinta senhora

encontra uma amiga que há muito não via. Após abraços de reencontro, a amiga pergunta: — "São seus filhos? Que lindos, que idade tem?" E a mãe, muito orgulhosa, responde prontamente: — "Ah, o engenheiro tem quatro anos e o médico oito meses."

Esse trecho explicita claramente o projeto de vida que os pais têm para seus filhos, que pode ser declarado ou embutido nas entrelinhas do cotidiano. Diante desse plano estabelecido, o jovem só tende a se encontrar em confusão e desconforto, afinal como não atender as expectativas dos pais? E se atender? E se não atender? Ao mesmo tempo, os pais ao elaborar esses projetos de vida, ignoram consciente ou inconscientemente os sentimentos e a opinião do próprio jovem.

Na argumentação de Krawulski et al. (2000), as consequências disso são os filhos "escolherem" a profissão estipulada pelos pais — repetindo a profissão de um deles, de alguém considerado bem-sucedido na família ou que detenha um *status* social; dando continuidade à tradição profissional da família; ou mesmo se tornando o profissional que um dos pais quis ser e não foi — na tentativa de agradar e sentir-se bem-quisto; ou "escolherem" profissões completamente opostas ao projeto estipulado pelos pais, a fim de afirmar-se e ser respeitado por suas — próprias— decisões. Em ambos os casos, o jovem não realiza uma reflexão que o permita avaliar o que de fato é de seu desejo e o que está relacionado com sua dinâmica psicológica vivida com seus pais, envolvendo sentimentos e expectativas que se nutrem mutuamente.

É interessante notar que ao tomar decisões opostas às mensagens parentais, o profissional também está inserido em seu *Script*. Por exemplo, um jovem com a Injunção "não seja bem-sucedido" e Atribuições como "peça nossa ajuda sempre", pode decidir "vou mostrar a vocês, trabalharei duro", e em um momento de decisão de carreira, escolher uma atividade que exija bastante esforço e dedicação para que ao longo da vida, possa "provar" por meio da quantidade de horas trabalhadas que não aceitou a Injunção. Ou seja, suas escolhas continuarão sendo pautadas nas mensagens parentais, posto que esse jovem não necessariamente teria que "trabalhar duro" para sentir-se genuinamente realizado com sua profissão.

Berne (1988) ao discorrer sobre a adolescência destaca que este é o período do sentir, pela primeira vez, que se pode fazer uma escolha autônoma. Mas o que se faz em geral, é apenas alternar mais ou menos violentamente as diretrizes e desejos parentais, até porque se começa a observar as incoerências contidas nas mensagens dos pais: "não

quero meu filho bebendo”, diz a mãe enquanto bebe; “quero que meu filho seja o melhor advogado deste país”, diz o pai que não concluiu a faculdade de Direito. Assim, o adolescente tenta seguir piamente os preceitos dos pais se acomodando, ou rebelar-se contra esses se afastando e, inexoravelmente, se dirigindo para o desfecho de seu *Script*. Ao longo da fase adulta, ressalta o autor, a pessoa passará pela segunda agonia: se seguiu os preceitos de seus pais, tenta rompê-los (muda de emprego, divorcia-se, dentre outros), e se “afundou” em seu *Script*, tenta reformulá-lo buscando apoio especializado, por exemplo.

É aí que se observa que as decisões iniciais de carreira podem ser consideradas precoces e repercutir diretamente em futuras redecisões, sobretudo a depender do nível de consciência dos conteúdos do *Script* e da Autonomia para realizar escolhas que cada indivíduo tem durante sua adolescência. Assim, as redecisões de carreira podem ilustrar, corroborando com os comentários supracitados de Berne (1988), tentativas de atender os preceitos parentais (seguindo ou rebelando-se) ou de reformular o *Script* na fase adulta mediante algum apoio. Em quaisquer dos casos, trata-se de mais uma agonia vivida agora pelo adulto que se coloca em situação de rever suas escolhas profissionais movimentando de alguma forma a dinâmica de seu *Script*.

É neste sentido que se ilustra os relatos de experiência prática com grupos de adultos em re-orientação profissional apresentados por Krawulski et al. (2000). As autoras descrevem a participação de um jovem que pensava em abandonar o curso de Letras/Alemão, pois, segundo ele, esta escolha foi influenciada por sua mãe de origem alemã. Ao final do processo, descobriu-se interessado pela carreira de Publicidade e Propaganda, sendo que o domínio da língua alemã seria um apoiador em sua nova profissão. Outro caso relatado foi de uma jovem mantida financeiramente por seu pai para cursar Administração, segundo a escolha de seu pai; conforme a análise das autoras, até passar pela terapêutica, essa jovem sofria um grande conflito por não se sentir segura para assumir sua verdadeira escolha profissional — Ciências Sociais — para seu pai. Por fim, extrai-se do estudo, o caso da mulher com nível de formação mestrado que se sentia desgastada pela profissão. Ao realizar a re-orientação profissional, as autoras perceberam se tratar de um sentimento de inadequação já que se sentia diferente de seu grupo de referência, e as mensagens familiares prescreviam o papel de “adolescente problemática” ou “ovelha negra” da família. Conscientizando-se

dessas questões familiares, as insatisfações profissionais tornaram-se mais fáceis de serem elaboradas não sendo necessário alterar seu percurso profissional.

Ao correlacionar esses casos com as prerrogativas de Berne (1988), é possível perceber que na medida em que os sujeitos ampliaram suas percepções sobre as influências parentais — que à luz da teoria berneana seriam as constituintes de seus *Scripts* — suas decisões acerca da condução atual de suas carreiras tenderam a ser mais conscientes e autônomas, já que de certa forma, compreenderam suas dinâmicas psicológicas ligadas às mensagens dos pais internalizadas. Convida-se o leitor a observar que as redecisões não precisam ser drásticas — nota-se dois casos de mudança de área de formação e um de manutenção do percurso profissional — a diferença se instala na compreensão dos motivos psicológicos que influenciaram na primeira decisão e a reflexão sobre o lugar dessas questões precedentes na atual conjuntura da vida do sujeito.

Do ponto de vista de Crema (1985), enquanto a pessoa estiver cumprindo seu *Script*, estará — dançando uma música — que é composta por seus pais, avós e antepassados e assim vai seguindo metas parentais, em lugar de pessoais. À essa altura, ao analisar os impactos que o baixo nível de consciência acerca do *Script* pode trazer ao indivíduo frente às situações de decisão, cabe salientar a importância desse elemento.

As discussões acerca do impacto negativo do *Script* não-elaborado são evidentes nos estudos em Análise Transacional (CREMA, 1985, STEINER, 1976). Em outra perspectiva, English (2010) lembra que ao desenvolver o *Script* a criança constrói uma proteção mental contra as opressões advindas dos diversos estímulos internos e externos ocasionados nesse período. Ela argumenta que sem o *Script* a criança poderia experimentar “uma existência de vazio em relação ao tempo e ao espaço como se não houvesse uma conexão entre o passado e o futuro” (ENGLISH, 2010, p. 223).

English (2010) ainda ressalta que alguns casos de desordens emocionais podem representar deficiências na formação do *Script*, já que o desenvolvimento deste é um processo normal observado em pessoas com saúde mental. Assim, ter um plano de vida mesmo que rudimentar pode permitir ao adulto rever esse plano e elaborar algo completamente diferente e muito mais satisfatório, porém sem a versão original do plano isso não seria possível.

Por outro lado, Berne (1988) esclarece desde o início de seus estudos sobre *Script*, que a busca pela completa compreensão desse plano pode não ser alcançada, mesmo porque a análise do *Script* não consegue ser tão precisa como as análises realizadas em outras áreas do conhecimento por se tratar de fatores sutis e pré-conscientes. Por mais que seja possível elaborar aspectos do *Script*, cabe considerar essas limitações no que diz respeito à sua resolução na íntegra. Ao mesmo tempo, o autor reconhece que ao conscientizar-se de parte de seu *Script*, o indivíduo já terá condições de alterar aspectos em diversas áreas de sua vida, ou seja, uma vez que seu olhar se modifica, por exemplo, quanto à maneira de se relacionar com os outros, isso poderá também influenciar na forma de se perceber sua vida profissional.

Trata-se então de buscar ampliar a consciência acerca de alguns fatores constituintes do *Script* que já possibilitem rever as escolhas de vida realizadas na infância, o que facilitará mudanças positivas para o indivíduo e o fará tomar decisões cada vez mais autônomas e satisfatórias em sua vida.

No entanto, evidencia-se aqui as discussões de Steiner (1975 apud COSTA, 2015; CREMA, 1985) acerca da alienação das pessoas sobre suas potencialidades e desejos mais verdadeiros decorrente de diversas manifestações de Opressão. Ora, conforme já analisado pelos estudiosos a respeito das escolhas profissionais, seja cumprindo os sonhos não concretizados dos pais, ou dando continuidade às concretizações dos pais, atendendo ou rebelando-se em relação às expectativas parentais, o indivíduo está sujeito às premissas dos pais que direcionarão de alguma forma suas escolhas profissionais (FILOMENO, 2005; SOARES, 2002). Isto é, Opressões ou meios de subtrair a Autonomia mediante uma situação de escolha, e como já visto, quanto mais alto o nível de Opressão, mais alienado o indivíduo estará de seu *Script* e menor será sua Autonomia (CREMA, 1985).

Partindo da premissa de que o processo de conscientização dos aspectos do *Script* pode facilitar (re) decisões mais maduras para o sujeito, e ao mesmo tempo, considerando as Opressões em que ele está inserido, ressalta-se as recentes contribuições de Costa (2015) quanto ao modelo dos seis Níveis de Consciência da Opressão, citado anteriormente.

Neste modelo a autora aponta um aumento na consciência do indivíduo acerca de suas decisões — aqui ressalta-se as de carreira — desde o estágio que ele se encontra

em profunda alienação sequer percebendo que necessita escolher, até os níveis mais elevados em que o sujeito tem condições de analisar com maior Autonomia e maturidade suas decisões considerando a possibilidade de revisar as decisões tomadas na infância a partir das novas informações da fase adulta.

### **Considerações finais**

As (re) decisões de carreira tem sido um tema frequente nos espaços de discussão intelectual por revelarem importantes aspectos da identidade de quem as toma. Os conceitos mais atuais sobre carreira apontam descontinuidade, flexibilidade, alternância entre áreas e constante necessidade de autoconhecimento do profissional para conduzir suas escolhas de maneira mais verdadeira e satisfatória, o que corrobora com o aumento de pessoas que se permitem redecidir suas carreiras, a partir de um outro olhar do que tinham no momento inicial de suas vidas profissionais.

Observou-se na revisão realizada que um dos aspectos mais influenciadores no momento de se decidir uma carreira está relacionado às mensagens parentais. Ao olhar para esses aspectos a partir do conceito de *Script*, foi possível compreender melhor as correlações, sobretudo, por meio do entendimento das Injunções e Atribuições. Nota-se também, os mecanismos Opressores advindos de mensagens parentais e a necessidade de se buscar elucidar alguns aspectos do *Script* para que seja possível tomadas de decisão cada vez mais autônomas e satisfatórias.

Logo, o objetivo deste foi compreender as (re) decisões de carreira com o recorte do conceito de *Script*, no entanto, cabe ressaltar que nos limites do artigo não foram contempladas as diversas facetas que tangenciam a escolha profissional que, como lembra Bohoslasky (1998), envolvem aspectos sociais, econômicos, culturais, dentre outros, assim as análises realizadas podem ser completadas por outros estudos que envolvem tais facetas. Além disso, sugere-se o aprofundamento e a exploração dos aspectos trabalhados neste estudo para que novas conclusões sejam postas fomentando a comunidade científica interessada.

### **Referências**

BERNE, E. **O que Você Diz Depois de Dizer Olá?** 11.ed. São Paulo: Nobel Editora, 1988.

BENDER, A. **Personal branding: construindo sua marca pessoal.** São Paulo: Integrare

Editora, 2009

BOHOSLAVSKY, R. **Orientação vocacional e estratégia clínica**. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

CREMA, R. **Análise Transacional centrada na pessoa... e mais além**. 2. ed. São Paulo: Ágora, 1985.

COSTA, I.; BALASSIANO, M. **Gestão de carreiras: dilemas e perspectivas**. São Paulo: Atlas, 2006, p.1-8.

COSTA, J. An action research Project aimed at raising social consciousness amongst women attending transactional analysis group psychotherapy in Brazil. **International Journal of Transactional Analysis Research**. Konstanz, v. 6, n. 2, p. 3-13, jan. 2015.

DUTRA, J. **Gestão de pessoas: Modelo, processos, tendências e perspectivas**. São Paulo: Atlas, 2002.

DUTRA, J. et al. **Gestão por competência: um modelo avançado para o gerenciamento de pessoas**. São Paulo: Gente, 2001.

ENGLISH, F. It takes a lifetime to play out of *Script*. IN: ERSKINE, G (Coord) **Life Scripts – a transactional analysis of unconscious relational patterns**. 1. ed. Londres: Karnac Books Ltd. 2010. p.217-238.

EVANS, P. Carreira, sucesso e qualidade de vida. **Revista de Administração de Empresas**. v. 36, n.3, 1996, p.14-22.

FILOMENO, K. **Mitos Familiares e escolha profissional: uma visão sistêmica**. São Paulo: Vetor, 2005

GOULDING, M.; GOULDING, R. **Ajuda-te pela Análise Transacional – A Arte de Viver Bem com a Terapia da Redecisão**. 2. ed. São Paulo: IBRASA, 1979.

GOULDING, M.; GOULDING, R. Injunções, Decisões e Redecisões. In: UNAT-BRASIL. **Prêmios Eric Berne 1971-1997**. 4. ed. Porto Alegre: Suliani Editografia, 2010. p. 41-51.

HALL, D. **Careers in and out organizations**. Thousand Oaks, California: Sage Publications, 2002.

KRAWULSKI, E. et al. Re-orientação profissional, orientação e o processo de escolha: notas sobre experiências vividas. **Revista de Ciências Humanas**, Florianópolis: EDUFSC, n.28, out. 2000, p.81-99.

MARTINS, H. **Gestão de carreiras na era do conhecimento: abordagem conceitual & resultados de pesquisa**. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2001.

MIRVIS, P.; HALL, D. Psychological success and the boundaryless career. In: ARTHUR, M.; ROUSSEAU, M. (Eds.). **The boundaryless career: a new employment principle for a new organizational era**. New York: Oxford University Press, p.237-255, 1996.

MOURA, C.; MENEZES, M. Mudando de Opinião: Análise de um Grupo de Pessoas em Condição de Re-escolha Profissional. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**. v. 5, n.1, 2004, p. 29-45.

SANTOS, L. O papel da família e dos pares na escolha profissional. **Psicologia em Estudo**, v. 10, n. 1, abr. 2005, pp. 57-66

SCHEIN, E. **Identidade profissional: como ajustar suas inclinações a suas opções de trabalho**. Nobel. Nobel: 1996.

SOARES, D. **A escolha profissional: do jovem ao adulto**. São Paulo: Summus, 2002.

SONNENFELD, J.; KOTTER, J. The maturation of career theory. **Human Relations**. Londres, v. 35, n. 1, p. 19-46, jan. 1982.

STEINER, C. **Os Papéis que vivemos na vida**. Rio de Janeiro: Artenova, 1976.

STEWART, I.; JOINES, V. **TA Today: a new introduction to transactional analysis**. 2. ed. Melton Mowbray e Chapel Hill: Lifespace Publishing, 2012. cap. 10: Process Scripts and Drivers, p. 148-170.