

OS IMPACTOS DA COVID-19 NA ESCOLHA DE CARREIRA: UMA ANÁLISE INTERNACIONAL DOS RESULTADOS E POSSÍVEIS POLÍTICAS PARA O SUCESSO PROFISSIONAL NO MUNDO PÓS-PANDÊMICO

Recebido em: 24/07/2023

Aceito em: 22/08/2023

DOI: 10.25110/educere.v23i3.2023-001

Rafaela Porto y Castro ¹
Ana Leticia Lunardi e Souza ²
Lívia Garcez ³

RESUMO: Os estudantes em processo de escolha profissional enfrentam desafios significativos, especialmente em sua saúde mental, com pensamentos negativos em relação ao desempenho em testes e pressão de familiares e amigos, afetando seu desempenho nos estudos. O objetivo é contribuir para o desenvolvimento de políticas que possam apoiar indivíduos na adaptação às mudanças trazidas pela pandemia e promover o bem-estar e o sucesso profissional em um mundo pós-pandêmico. Para entender melhor esses desafios, o estudo utilizará uma metodologia comparativa, analisando como as mudanças socioeconômicas e culturais afetaram a escolha de carreira em diferentes países, incluindo Brasil, Kosovo, China, Romênia, Suíça, Inglaterra e Alemanha. Os resultados encontrados também podem ser utilizados para desenvolver programas de prevenção ou intervenção em saúde mental, com o objetivo de facilitar a tomada de decisão de carreira entre os jovens em diferentes países.

PALAVRAS-CHAVE: COVID-19; Escolha Profissional; Saúde Mental.

THE IMPACTS OF COVID-19 ON CAREER CHOICE: AN INTERNATIONAL ANALYSIS OF RESULTS AND POSSIBLE POLICIES FOR PROFESSIONAL SUCCESS IN THE POST-PANDEMIC WORLD

ABSTRACT: Students in process of professional choice face significant challenges, especially in their mental health, with negative thoughts regarding the performance in tests and pressure of family and friends, affecting their performance in studies. The goal is to contribute to the development of policies that can support individuals in adapting to the changes brought about by the pandemic and promote wellbeing and professional success in a post-pandemic world. To better understand these challenges, the study will use a comparative methodology, analyzing how socioeconomic and cultural changes affected career choice in different countries, including Brazil, Kosovo, China, Romania, Switzerland, England and Germany. The results found can also be used to develop prevention or intervention programs in mental health, with the aim of facilitating career decision-making among young people in different countries.

KEYWORDS: COVID-19; Professional Choice; Mental Health.

¹ Graduanda de Psicologia. Universidade de Passo Fundo (UPF).

E-mail: rafaelaycastro@gmail.com

² Mestre em Engenharia de Produção. Universidade de Passo Fundo (UPF).

E-mail: analeticia@upf.br

³ Doutoranda em Envelhecimento Humano. Universidade de Passo Fundo (UPF).

E-mail: liviagarcez@upf.br

LOS EFECTOS DEL COVID-19 EN LA ELECCIÓN DE LA CARRERA: UN ANÁLISIS INTERNACIONAL DE LOS RESULTADOS Y POSIBLES POLÍTICAS PARA EL ÉXITO PROFESIONAL EN EL MUNDO POSPANDÉMICO

RESUMEN: Los estudiantes en proceso de elegir profesionalmente enfrentan desafíos significativos, especialmente en su salud mental, con pensamientos negativos sobre el desempeño de las pruebas y la presión de familiares y amigos, afectando su desempeño en el estudio. El objetivo es contribuir a la formulación de políticas que puedan ayudar a las personas a adaptarse a los cambios producidos por la pandemia y promover el bienestar y el éxito profesional en un mundo posterior a la pandemia. Para entender mejor estos desafíos, el estudio utilizará una metodología comparativa, analizando cómo los cambios socioeconómicos y culturales afectaron a las opciones de carrera en diferentes países, incluidos Brasil, Kosovo, China, Rumania, Suiza, Inglaterra y Alemania. Los resultados hallados también pueden utilizarse para desarrollar programas de prevención o intervención en salud mental, con el objetivo de facilitar la toma de decisiones en materia de carrera entre los jóvenes de diferentes países.

PALABRAS CLAVE: COVID-19; Elección Profesional; Salud Mental.

INTRODUÇÃO

O conceito de carreira é interdisciplinar e abrange diversas áreas científicas, com interpretações variadas devido ao seu amplo uso cotidiano (CAMARGO, 2016). A carreira não pode ser vista como um processo rígido a ser seguido pelo indivíduo, mas como uma série de posições e atividades desempenhadas por ele mesmo (DUTRA, 2018). Visto que a permanência ou não do indivíduo em uma carreira ou atividade de trabalho depende do seu comprometimento, mesmo aqueles muito comprometidos com sua carreira podem optar por alterações por razões como a mudança de valores, prioridades ou questões familiares (MAGALHÃES, 2013), onde em virtude de a sociedade atual exigir com mais potência, uma educação transformadora e comprometida com mudanças sociais (ALMEIDA, 2022), aqueles pouco comprometidos podem se obrigar a adaptar às contingências de sua carreira (DUTRA, 2018).

Desta forma, um sujeito é adaptável em relação à sua carreira quando demonstra preocupação com o seu futuro como trabalhador, busca ampliar o controle pessoal sobre o destino de sua carreira, tem curiosidade para explorar possíveis cenários futuros e confiança na busca de suas aspirações vocacionais. Em resumo, as principais habilidades são preocupação, controle, curiosidade e confiança (SAVICKAS; PORFELI, 2012).

A vida acadêmica também se mostra desafiadora e repleta de dificuldades, o que pode levar a problemas psicológicos (COSTA; NABEL, 2018), visto que é caracterizada pela preocupação com o futuro, acompanhada de tensão muscular e comportamentos de

esquiva (ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSICOLOGIA, 2017). Ainda, com o aparecimento da Covid-19 nos últimos anos e a falta de tratamentos e curas eficazes, devido ao isolamento e distanciamento social que afetam a normalidade da vida das pessoas, já se observa um aumento nos sintomas de depressão, ansiedade e estresse na população em geral. Por esse motivo, é importante fornecer formas de atendimento à saúde mental para as populações (CARVALHO et al., 2020; FARO et al., 2020).

A lista de fatores que afetam negativamente o bem-estar psicológico da população em isolamento e distanciamento social inclui a sensação de confinamento ou aprisionamento, tédio, confusão e insegurança causadas pelas informações circulantes sobre a pandemia, frustração e raiva, incerteza sobre a duração do confinamento, distanciamento social e da própria pandemia, preocupações com escassez de alimentos, medo de perder emprego e renda, preocupações com endividamento, medo de perder entes queridos em grupos de risco, além de sentimentos de falta e saudade daqueles com quem se tem vínculos afetivos significativos (BROOKS et al., 2020; DONG; ZHENG, 2020; FARO et al., 2020; SCHMIDT et al., 2020; WEIDE et al., 2020).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020) e o Ministério da Saúde (BRASIL, 2020), a covid-19 é uma doença causada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2, que se manifesta principalmente como uma infecção respiratória e cujos sintomas variam de pessoa para pessoa, desde casos assintomáticos até situações mais graves, que podem levar à morte. Em 11 de março de 2020, a OMS declarou a covid-19 como uma pandemia e, em maio do mesmo ano, já havia se espalhado por 215 países. No Brasil, de acordo com os dados atualizados do Ministério da Saúde (BRASIL, 2020) em 17 de setembro de 2020, a doença já havia registrado mais de 4.419.083 casos confirmados e 134.106 óbitos.

As medidas de isolamento e distanciamento social adotadas como forma de combater a disseminação do novo coronavírus teve efeitos colaterais significativos na vida de pessoas, instituições e na sociedade como um todo, configurando verdadeiras crises na saúde pública e na economia (ESTRADA; KOUTRONAS, 2020). O potencial de transmissão do vírus gerou uma crise sanitária que afetou bilhões de pessoas em todo o mundo. Dentre as medidas adotadas, destaca-se o distanciamento social, que afetou diretamente as escolas e todas as pessoas envolvidas nesse contexto (MINISTÉRIO DA SAÚDE DO BRASIL, 2020).

Desta forma, a crise da Covid-19 está gerando mudanças significativas no mundo do trabalho, que afetam diversos setores. Aqueles que trabalham em atividades informais,

como vendedores ambulantes, prestadores de serviços de manutenção e trabalhadores domésticos, são particularmente afetados pelo distanciamento social e, portanto, foram impedidos de trabalhar. Além disso, profissionais de saúde que estavam na linha de frente do combate à pandemia sentiam-se sobrecarregados emocionalmente e enfrentavam uma enorme demanda de trabalho (FARO et al., 2020).

Com a pandemia da Covid-19, a educação teve que se adaptar a um novo modelo de interação, assim como em outras áreas. Nesse contexto, é importante que a extensão universitária continue a desempenhar seu papel, levando informações onde elas são necessárias, mesmo durante a pandemia (DIAS et al., 2020). Esta, causou um distanciamento social que teve um impacto direto na educação e no aprendizado dos alunos, onde essa nova realidade trouxe mudanças significativas no modo de ensinar e aprender, transformando as salas de aula em quartos e professores, e os quadros em celulares e computadores. Diante disso, o ensino a distância precisou passar por um processo de amadurecimento forçado, no qual, em um curto espaço de tempo, toda a estrutura das escolas foi conectada ao virtual, e os professores tiveram que passar por treinamentos para se capacitar para novas formas de ensino, aplicação de provas e trazer dinâmicas que facilitam o aprendizado dos alunos (SHIGEMURA et al., 2020).

A pandemia trouxe consigo mudanças que causaram uma redução nos índices de ingresso nas universidades públicas, impactando também o número de inscrições do Enem e do Sisu. Esse cenário demonstra a dificuldade enfrentada pelos alunos, não somente em relação aos estudos, mas também às consequências econômicas e sociais. O Sisu apresentou uma queda de aproximadamente 15,64% em relação ao primeiro semestre de 2021, e o Enem registrou o menor número de inscritos desde 2005. Essas mudanças afetaram o dia a dia dos estudantes e evidenciaram os desafios que a pandemia impôs à educação e ao acesso ao ensino superior (SHIGEMURA, 2020).

Durante o período pré-vestibular, muitos estudantes colocam a preparação para os exames como sua principal prioridade. Isso pode levá-los a abrir mão de atividades de lazer, como sair com amigos ou praticar hobbies, dedicando todo o seu tempo livre aos estudos. Infelizmente, essa pressão pode resultar em sentimentos de ansiedade e culpa quando eles tentam se divertir em vez de estudar. Os estudantes são submetidos a cobranças pessoais, familiares e sociais para obterem um bom desempenho no vestibular, o que pode gerar ansiedade e prejudicar seu desempenho acadêmico. (SOARES, 2002).

Essas pressões podem levar a sentimentos de solidão, insegurança e dúvida, o que pode resultar em pânico e sentimentos de incompetência e incapacidade. À medida que o

dia do exame se aproxima, o drama psicológico vivido pelos vestibulandos aumenta, e eles podem experimentar distúrbios psicofisiológicos que podem levar à depressão. É importante que os estudantes entendam que cuidar da saúde mental é tão importante quanto se preparar para os exames, e que equilibrar a rotina de estudos com atividades que proporcionem prazer e relaxamento pode ser muito benéfico para o seu bem-estar geral. (SOARES, 2002).

Os estudantes que se preparam para o Enem ou vestibulares enfrentam mudanças significativas, principalmente em sua saúde mental, uma vez que tendem a ter muitos pensamentos negativos em relação ao desempenho nas provas. Além da pressão exercida por familiares e amigos, eles também se colocam sob grande pressão, o que pode afetar seu desempenho na hora da prova ou até mesmo quando estão estudando (HORA et al., 2017). A sociedade impõe expectativas quanto ao amadurecimento, independência e autonomia do indivíduo em transição. Portanto, familiares e pessoas próximas ao jovem têm essa influência significativa sobre seu futuro, uma vez que é no ambiente familiar que o estudante cria e experimenta seus sonhos e expectativas (SANTOS, 2005).

Compreender os desafios enfrentados pelos estudantes em processo de escolha profissional permitirá o desenvolvimento de programas de prevenção e intervenção em saúde mental, visando facilitar a tomada de decisão de carreira entre os jovens em diferentes países. Esses programas podem contribuir para o bem-estar dos estudantes e ajudá-los a enfrentar os desafios específicos relacionados à escolha profissional. A bibliografia selecionada para embasar esse estudo abrange uma ampla gama de pesquisas e teorias relacionadas à escolha de carreira, saúde mental, processos de decisão e adaptação às mudanças socioeconômicas e culturais. Essa diversidade de fontes acadêmicas permitirá uma análise aprofundada e uma compreensão mais completa dos desafios enfrentados pelos estudantes em diferentes contextos culturais e sociais.

Para tanto, o estudo objetiva investigar a relação entre a escolha de carreira e o impacto da pandemia da COVID-19 em diferentes países, a fim de fornecer uma visão ampla e internacional dos resultados e impactos dessa crise sanitária. Pretende-se analisar como as mudanças socioeconômicas e culturais decorrentes da pandemia afetaram a escolha de carreira dos indivíduos em diferentes contextos, bem como identificar possíveis diferenças entre os países estudados. Além disso, a pesquisa visa contribuir para o desenvolvimento de políticas que possam apoiar indivíduos na adaptação às mudanças trazidas pela pandemia e promover o bem-estar e o sucesso profissional em um mundo pós-pandêmico.

METODOLOGIA

O artigo em questão é uma revisão narrativa de literatura que busca descrever e discutir um determinado assunto de forma teórica e contextual, analisando publicações amplas como livros e artigos de revistas (ROTHER, 2007). Com base em análises de dois artigos científicos brasileiros e outros realizados em diferentes países, como Kosovo, China, Romênia, Suíça, Inglaterra e Alemanha, o artigo apresenta uma interpretação crítica dessas literaturas e aborda a escolha de carreira e o impacto da pandemia da COVID-19 nessa escolha, visto que o objetivo é relacionar resultados e impactos nestes diferentes países, trazendo uma visão ampla e internacional sobre o tema.

Os critérios utilizados para a seleção dos estudos no presente artigo foram guiados pela busca por uma compreensão abrangente dos malefícios causados pela pandemia. Foram considerados estudos que investigaram especificamente os efeitos das mudanças socioeconômicas e culturais resultantes da pandemia na escolha de carreira dos estudantes. Além disso, foram priorizados estudos que abordaram a relação entre essas mudanças e a saúde mental dos jovens, especialmente em termos de pensamentos negativos em relação ao desempenho em testes e pressão social. A inclusão de países diversos, como Brasil, Kosovo, China, Romênia, Suíça, Inglaterra e Alemanha, permitirá uma análise comparativa abrangente dos desafios enfrentados pelos estudantes em diferentes contextos culturais e socioeconômicos durante a pandemia.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Vista a breve quantidade de literatura disponível sobre a saúde mental das pessoas que enfrentam tragédias, como epidemias, ataques violentos e desastres ambientais, como rompimentos de barragens, deslizamentos de terra e terremotos, destaca-se o inevitável aumento dos transtornos mentais. Além disso, o do abuso de substâncias, a violência doméstica e o abuso infantil também são notáveis (GALEA; MERCHANT; LURIE, 2020).

Embora tenham sido buscadas diversas alternativas para minimizar as lacunas causadas pelo distanciamento e pela falta de aulas presenciais, tais como aulas remotas pela internet, televisão, telefone e material impresso, é possível afirmar que elas se mostraram insuficientes diante dos muitos problemas e desafios que se apresentaram, expondo ainda mais as desigualdades sociais e econômicas do país. A desigualdade ficou ainda mais acentuada, especialmente para os estudantes que já viviam em situação de vulnerabilidade, tornando-se uma conta difícil e complexa de se equilibrar, que envolve

a relação entre estudante, conhecimento escolar e realidade. Dessa forma, a pandemia trouxe diversos dilemas e obstáculos, principalmente para os estudantes do Ensino Médio das escolas públicas, que enfrentaram grandes dificuldades no processo educacional e social devido à falta de acesso a recursos eletrônicos e à internet. (SALES; EVANGELISTA, 2020).

Uma ressignificação das vozes e olhares direcionados aos jovens que compõem o mosaico das culturas juvenis, deve ser feita, enfatizando que esta fase é caracterizada por encontros com o outro, nos quais laços de confiança e reconhecimento são construídos nos grupos, destacando-se, assim, a importância desses grupos na construção das experiências dos jovens (LEÃO; CARMO, 2014). No entanto, a pandemia os distanciou dos colegas, da escola e dos professores. A escola pode e deve proporcionar experiências que ajudem no processo de construção das identidades dos jovens, levando em consideração a história de cada um e as trocas com o outro, outros e pares (DAYRELL, 2007).

Durante a pandemia de COVID-19, é comum que as pesquisas, serviços de saúde, gestores e mídia se concentrem principalmente nos aspectos biológicos da doença, deixando de lado ou subestimando os fatores psicossociais (HO et al., 2020; ORNELL et al., 2020). Entretanto, há um consenso crescente de que a pandemia afetou não só a saúde física, mas também a saúde mental e o bem-estar das pessoas (FIORILLO; GORWOOD, 2020; SANTOS, 2020).

Além disso, surtos anteriores mostraram que os impactos na saúde mental podem ser mais prolongados e ter maior prevalência que a própria epidemia, resultando em implicações econômicas e psicossociais incalculáveis (SHIGEMURA et al., 2020; SHIGEMURA, 2015). Durante as epidemias, a morbimortalidade decorrente do comprometimento na saúde mental tende a superar aquela relacionada diretamente à infecção. Por isso, é essencial que haja uma abordagem integrada que leve em consideração tanto os aspectos biológicos quanto os psicossociais da pandemia, a fim de minimizar os impactos na saúde mental das pessoas (ORNELL et al., 2020).

Em situações de surtos, é comum ocorrer uma ampla e variável gama de manifestações de adoecimento mental. Pessoas sem histórico de doenças mentais podem desenvolver transtornos mentais, enquanto aqueles com transtornos pré-existentes podem ter seus sintomas agravados. Além disso, familiares de pessoas infectadas também se tornam mais suscetíveis a transtornos mentais. Também, mesmo sem exposição direta à infecção, as pessoas podem experimentar ansiedade, raiva, desesperança, medo de

infecção e morte, medo de perder entes queridos, insônia, sensação de desamparo e até mesmo culpa pelo adoecimento de alguém (HO et al., 2020; KAVOOR, 2020).

Ao contrário de surtos anteriores, a existência das mídias sociais e sua ampla disseminação têm sido um desafio, pois elas compartilham uma quantidade significativa de informações falsas e não verificadas (KUMAR; NAYAR, 2020). Essas informações podem criar expectativas de cura falsas ou gerar medo excessivo e pânico, criando uma epidemia de desinformação que se espalha mais rápido do que o próprio vírus. Isso gera insegurança e angústia, que são agravadas pela divergência de orientações entre autoridades de saúde pública e governamentais (FIORILLO; GORWOOD, 2020; PFEFFERBAUM; NORTH, 2020). Em um evento estressante de grande proporção, como a pandemia da COVID-19, a falta de uma fonte oficial e confiável de informações leva a população a buscar fontes alternativas que nem sempre são confiáveis. Esse conflito de informações aumenta a incerteza e o medo (TORALES, 2020).

No contexto brasileiro, onde a exploração do trabalho e a precarização são recorrentes, os efeitos da pandemia são ainda mais severos em termos sociais. Como ilustrado pelo autor, em 2019, antes da COVID-19, mais de 40% da população trabalhadora do Brasil já estava empregada informalmente (ANTUNES, 2020). Considerando esse cenário alarmante, o que se pode observar agora e no futuro próximo, em meio à atual catástrofe mundial, é uma realidade social ainda mais desoladora. Nesse sentido, torna-se necessário buscar um modelo alternativo que confronte o atual sistema capitalista antissocial, que não apenas causa sofrimento físico e psicológico aos trabalhadores e degrada o meio ambiente, mas também promove uma concentração de renda crescente e agravamento da pobreza e desigualdade (LUCCA, 2020).

Em meio a essa conjuntura, os estudos sobre carreira adquirem grande importância, uma vez que nesta nova realidade, as pessoas desejam planejar e ser responsáveis por suas carreiras, ao mesmo tempo em que permitem que a organização participe do seu desenvolvimento, desde que seus objetivos estejam alinhados (SILVA; BISPO; AYRES, 2019). Portanto, um sistema de carreira bem-sucedido é aquele que estabelece uma boa correspondência entre a âncora de carreira individual e as exigências de trabalho da organização. Essas incertezas enfatizam a importância das discussões sobre como alcançar um equilíbrio entre trabalho, carreira, família e autodesenvolvimento. Conseqüentemente, as pessoas estão dando menos importância a conceitos tradicionais, como lealdade, antiguidade, autoridade ou promoção e, em vez disso, valorizam cada vez mais o individualismo, buscando tarefas que permitam a

expressão de seus talentos (SCHEIN; MAANEN, 2016).

Com base na Teoria Cognitiva Social, a autoeficácia profissional é definida como a confiança de um indivíduo em gerenciar e realizar habilidades cognitivas, comportamentais e sociais para alcançar objetivos profissionais desejados (BANDURA, 1986). A autoeficácia profissional desempenha um papel influente em todo o processo de tomada de decisão profissional (KOMARRAJU et al., 2013; KRISTIN, 2009; SIDIROPOULOU-DIMAKAKOU et al., 2012).

Geralmente, indivíduos com baixo nível de autoeficácia profissional são mais vulneráveis ao desenvolvimento de pensamentos disfuncionais em relação à carreira. Além disso, eles não se sentem confiantes em tomar decisões profissionais e tendem a evitar qualquer atividade relacionada à carreira (ANDREWS et al., 2014; KOMARRAJU et al., 2013). Em contraste, indivíduos com alto nível de autoeficácia profissional são mais propensos a explorar carreiras e resolver desafios profissionais. Eles são capazes de selecionar carreiras apropriadas, ser responsáveis por suas decisões e participar ativamente de uma variedade de programas e treinamentos profissionais para se prepararem para o mundo do trabalho (ANDREWS et al., 2014; KRISTIN, 2009; SIDIROPOULOU-DIMAKAKOU et al., 2012).

Estudos anteriores descobriram que estudantes universitários que se comprometeram a incorporar habilidades profissionais transferíveis em seus estudos possuem maior capacidade de se adaptar e demonstrar comportamentos de carreira apresentáveis, o que pode aumentar sua empregabilidade após a formatura (CLEMENTS; KAMAU, 2017). Além disso, estudos anteriores propuseram que os alunos de graduação na universidade geralmente possuem baixos e moderados níveis de prontidão para carreira, o que eventualmente leva à ocorrência de baixas taxas de emprego (MANSOR; RASHID, 2013; MAHMUD, 2017; MAHMUD et al., 2018; MAHMUD et al., 2019).

O ambiente profissional atual para os recém-formados é extremamente turbulento devido à imprevisibilidade das reestruturações corporativas, avanços tecnológicos, terceirização e trabalho remoto. As universidades desempenham um papel crucial em ajudar os estudantes a buscar oportunidades para desenvolver habilidades de empregabilidade transferíveis, incorporando habilidades exigentes no currículo, como habilidades de comunicação, trabalho em equipe e resolução de problemas complexos, e incorporando oportunidades para experiência de trabalho, como colocação de estágio, programas de mobilidade, exposição industrial (BATES et al., 2019).

Desta forma, um estudo brasileiro teve como objetivo descrever as dificuldades

enfrentadas pelos estudantes no dia a dia, durante a preparação para os exames do vestibular e Enem, bem como a realidade que afetou milhões de pessoas desde março de 2020, com o início da pandemia da Covid-19. Os participantes deste projeto foram os alunos de uma escola estadual, dos três anos do ensino médio, totalizando 76 participantes. Os resultados obtidos foram utilizados exclusivamente para aprimorar o conhecimento sobre a ansiedade e o estresse dos estudantes em relação à preparação para os vestibulares e Enem (SOMAVILLA et al., 2021).

Estes resultados revelam que a ansiedade e o estresse têm um impacto significativo na saúde mental dos estudantes, podendo levar a sérios problemas emocionais. Além disso, a pressão familiar e social tende a agravar essa situação, tornando a preparação para os exames ainda mais estressante, mesmo em simulados. A pandemia da Covid-19 adicionou ainda mais insegurança aos alunos, que tiveram que se adaptar rapidamente a novas formas de ensino, como aulas online. Como resultado, muitos estudantes sentiram que não tinham valor como pessoa, o que pode ser altamente prejudicial para a saúde mental e desempenho nos estudos, levando até mesmo à depressão e outros distúrbios (SOMAVILLA et al., 2021).

Outro estudo brasileiro, realizado em quatro etapas, buscou compreender o comportamento dos jovens em relação à escolha do curso superior e identificar quais são os papéis da escola e dos professores como facilitadores nesse processo. Desta forma, foi aplicado um questionário com os alunos dos três últimos anos do ensino médio, sendo 71 matriculados para a pesquisa, que identificou suas dúvidas sobre o ensino superior e analisou-as quantitativamente (SERAFIM, J.; SANTOS, E., 2022).

Os resultados mostraram que uma boa parte das meninas frequenta a escola em busca de conhecimento e capacitação profissional. Muitos alunos relataram que já escolheram seu curso de graduação com cuidado, para evitar problemas no futuro, e assim, com relação aos efeitos da pandemia nos planos para ingressar na universidade, 58% dos alunos (34 no total) relataram que não foram afetados, enquanto 48% (37 no total) afirmaram que a pandemia teve um impacto em seus planos para ingressar na universidade. No entanto, uma preocupação observada foi que a escola de ensino médio não está auxiliando adequadamente na preparação e na escolha do curso de ensino superior (SERAFIM, J.; SANTOS, E., 2022).

Já, um estudo realizado em Kosovo, localizado na península dos Balcãs, recrutou 30 estudantes do último ano do ensino médio, com idade de 17 anos, localizados por todas as sete regiões principais do Kosovo: Pristina, Peja, Prizren, Gjakova, Mitrovica, Gjilan

e Ferizaj. Os dados coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, demonstraram que a pandemia de COVID-19 afetou grandemente o processo de tomada de decisão de carreira dos participantes. Suas preocupações com sua saúde e a de outros membros da família, o processo educacional e outras dimensões afetadas pela situação complicaram o processo de planejamento de carreira (GASHI, L.; KADRIU, E., 2022).

No entanto, os participantes que já haviam escolhido o que estudar observaram três fatores facilitadores: paixão e interesse pessoal por um campo específico, informações e orientação de membros da família e/ou perspectivas econômicas, como empregabilidade para uma determinada carreira/estabilidade de emprego. A maioria dos participantes relatou que a paixão e/ou interesse pessoal por um determinado campo acadêmico foi um dos fatores facilitadores e determinantes durante seu processo de tomada de decisão de carreira. O aspecto econômico de uma carreira ou oportunidade/estabilidade de trabalho também foi mencionado como um dos principais fatores que determinam a escolha de carreira, visto que elogiaram bastante as profissões que garantem emprego após a conclusão de seus estudos. Para alguns, isso foi considerado o principal motivo para escolher uma determinada área de estudo (GASHI, L.; KADRIU, E., 2022).

De acordo com os participantes deste estudo, a limitação da mobilidade física e do contato devido à COVID-19 afetou muito o bem-estar psicológico, social e profissional deles. A falta de informação, a incerteza em relação à saúde, a incapacidade de encontrar outras pessoas pessoalmente ou assistir às aulas de maneira tradicional os fez sentir inseguros, ansiosos e estressados. O bem-estar psicológico, bem como a incapacidade de se encontrar pessoalmente, fez com que os participantes se sentissem isolados. Segundo eles, apesar de atender às suas necessidades acadêmicas básicas, o ensino à distância não era um formato adequado e não fornecia nenhum suporte em relação à orientação profissional e à tomada de decisões. Como resultado, os jovens podem não ter sido capazes de dominar adequadamente as características da fase de exploração de carreira. O que demonstrou que a pandemia em geral, e particularmente a quarentena, teve um tremendo impacto nos aspectos emocionais e sociais para os jovens (GASHI, L.; KADRIU, E., 2022).

Da mesma forma, um de muitos estudos realizado na China, investigou a preocupação com carreira, a exploração de carreira e o comprometimento com a mesma, através de 1105 estudantes de sete escolas nas províncias de Jiangsu, e revelou que um estudante do ensino médio com um alto nível de preocupação com a carreira pode ter um

comprometimento firme com a sua. Com base nas conclusões do estudo, pôde-se prever que quando indivíduos se concentram na carreira, eles identificam suas necessidades e qualidades pessoais, realizam alguma exploração ambiental relevante, e isso desempenha um papel positivo na tomada de compromissos e desenvolvimento de carreira (CHEN et al., 2021).

Os enormes impactos da pandemia da COVID-19 já causaram choques profissionais em muitos estudantes do ensino médio na China, que estavam confusos em relação ao desenvolvimento de suas carreiras. Como resultado, estudantes e professores passaram a prestar mais atenção em intervenções de carreira para promover a sustentabilidade do desenvolvimento e, por fim, orientar os estudantes a fazerem um compromisso com suas futuras carreiras. Uma abordagem possível, prevista para as escolas de ensino médio, através do estudo, é fornecer intervenções de carreira, como avaliação de carreira, educação de carreira e aconselhamento de carreira para aprimorar a exploração desta e o dos seus estudantes (CHEN et al., 2021).

As descobertas sugerem que o compromisso de carreira dos estudantes do ensino médio pode ser aprimorado por meio dessas três abordagens diferentes, o que pode inspirar educadores, conselheiros e pesquisadores de carreira a projetar um sistema de intervenção mais eficiente, a fim de promover a sustentabilidade do desenvolvimento de carreira. Para os estudantes do ensino médio, é importante e necessário despertar sua consciência de carreira e orientar sua concentração no desenvolvimento de carreira sustentável, especialmente sob as circunstâncias da pandemia da COVID-19 (CHEN et al., 2021).

Um estudo da Romênia, buscou identificar as conexões entre a pandemia da COVID-19 e seu impacto nas decisões de carreira futuras de um grupo de estudantes de origem desfavorecida. A amostra da pesquisa consistiu em 106 universitários, com 18 anos ou mais, de forma voluntária e online e determinou medos relacionados ao fator educacional e de treinamento, medos em relação ao futuro no mercado de trabalho e medos relacionados à insegurança social com impacto na saúde mental (MARES et al., 2021).

Assim, concluiu-se que o aconselhamento de carreira é ainda mais importante no contexto da COVID-19, pois a intensidade das emoções de medo e ansiedade aumentou e tem impacto em alguns tipos de personalidade e aumentar de forma responsável o envolvimento de instituições (escolas, universidades, centros de carreira, empregadores, famílias) com um papel na formação de jovens e preparação para uma futura carreira, se

faz necessário, visto que eles estão determinados a identificar novas maneiras de preparar jovens (desfavorecidos) para decisões de carreira em tempos de crise (MARES et al., 2021).

Na Suécia, uma pesquisa analisou se os candidatos do ensino médio alteraram suas escolhas de programa em resposta à pandemia da COVID-19 e percebeu-se que uma explicação provável é que os estudantes ajustaram suas expectativas em relação às perspectivas do mercado de trabalho de certas áreas de estudo em resposta às consequências econômicas da pandemia. Outra possibilidade é que a pandemia tenha alterado as preferências de estudo e o comportamento de inscrição de alunos que já estavam matriculados em um programa de ensino médio. Por exemplo, alunos em programas que foram duramente afetados pela pandemia podem ter desejado mudar para programas com melhores perspectivas no mercado de trabalho (AALTO et al., 2023).

Em 2020, o cronograma das duas rodadas da pesquisa forneceu uma visão única pré e pós-crise das escolhas de campo de estudo dos candidatos. Usando dados por escola, sobre os programas de primeira escolha dos candidatos entre 2016 e 2020, implementando um método de diferenças-em-diferenças para identificar o efeito imediato da crise na demanda, onde uma queda nas inscrições de primeira escolha para alguns dos programas vocacionais foi encontrada e isso sugere que considerações de mercado de trabalho influenciam as escolhas de estudo feitas por estudantes relativamente jovens (AALTO et al., 2023).

Visando compreender o impacto da pandemia da COVID-19 na escolha da carreira em uma escola da Inglaterra, o estudo revelou que a mudança na escolha da carreira ao longo da pandemia é evidente, independentemente da área de escolha, no entanto, isso é mais evidente entre os aspirantes a carreiras na área da saúde, onde dentre os 235 alunos, ao longo da pandemia, 31% mudaram suas aspirações de carreira, 16% tinham certeza da área de saúde, 57% a área de saúde e 26% consideravam carreiras fora da área de saúde (BASKAR et al., 2022).

Isso resultou em um aumento significativo no número de alunos que optaram por uma carreira na saúde como uma consequência direta da pandemia. É essencial que essa crescente demanda por carreiras na área da saúde seja aproveitada desde cedo pelos principais interessados, incluindo escolas médicas e provedores de serviços de saúde. Esse aumento no reconhecimento social dos trabalhadores da saúde durante as primeiras ondas da pandemia pode ter contribuído para essa mudança e deve ser considerado na hora de consolidar essa escolha de carreira para os estudantes do ensino médio (BASKAR

et al., 2022).

Pesquisas anteriores indicam que os alunos melhoram suas habilidades de tomada de decisão de carreira à medida que avançam em anos escolares, visto que intervenções em grupo e exposição precoce a experiências de trabalho remuneradas aumentam significativamente a confiança na tomada de decisões de carreira. Essas descobertas são relevantes para escolas médicas e para a indústria da saúde, que podem aproveitar o aumento do interesse dos alunos por meio de parcerias com escolas de ensino médio e reabertura de oportunidades de experiência de trabalho presencial para consolidar as escolhas dos estudantes (BASKAR et al., 2022).

Na Alemanha, um estudo investigou a desigualdade social nos esforços de ensino em casa dos estudantes e questionou as disparidades sociais nos ambientes de aprendizagem domésticos, apoio social, apoio do professor e considerações de custo-benefício e explicou as diferenças sociais nos esforços de ensino em casa durante o período de fechamento das escolas. Assim, os resultados mostraram que o fechamento das escolas tem o potencial de exacerbar a desigualdade social nas oportunidades educacionais (DIETRICH et al., 2021).

A atividade de aprendizado dos alunos durante o ensino doméstico em comparação com aqueles que têm uma casa bem equipada, reduz consideravelmente, e alunos que não recebem apoio dos pais e dos colegas investem substancialmente menos no ensino doméstico do que aqueles que recebem apoio diário. Da mesma forma, a consciência dos benefícios das escolhas educacionais dos indivíduos em relação às promoções de emprego aumenta significativamente as atividades de ensino doméstico, enquanto a consciência dos custos das escolhas educacionais tende a diminuir as atividades de ensino doméstico durante o fechamento das escolas (DIETRICH et al., 2021).

Examinar essas diferenças é importante, como trazido na pesquisa, pois as diferenças nas atividades escolares durante um período de fechamento de escolas têm o potencial de exacerbar as desigualdades nas oportunidades educacionais. Além disso, abordar os possíveis mecanismos que podem explicar as diferenças sociais no esforço de aprendizagem é importante, visando a investigação dos possíveis mecanismos que explicam essas diferenças, incluindo o ambiente de ensino em casa, o apoio social dos alunos, as considerações de custo-benefício e o apoio dos professores (DIETRICH et al., 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No início de 2020, a pandemia do coronavírus se consolidou, o que resultou em estratégias de controle da contaminação, como quarentena, distanciamento social e isolamento social. Essas medidas questionaram os modelos individualizados de vida para todos os estratos sociais e destacaram a importância do suporte estatal para a manutenção da vida das pessoas e afetou profundamente também, duas dimensões essenciais da vida: os projetos de vida e de trabalho de todos, sem exceção, foram radicalmente questionados.

O tema do desejo dos jovens brasileiros de entrar na educação superior é constantemente discutido na sociedade e o governo busca programas sociais para beneficiar aqueles que têm mais dificuldade em manter esse vínculo. Para entender o contexto social em que os jovens estão inseridos, é preciso identificar se há pressões em relação à escolha da profissão, aprovação no vestibular, planejamento de carreira e expectativas familiares. Todos esses fatores, combinados com as mudanças físicas e psicológicas, podem contribuir para situações estressantes.

Visto que a situação de vulnerabilidade social pode ser caracterizada pela pobreza e exposição à violência, a pandemia do coronavírus teve um impacto econômico significativo, resultando em aumento do desemprego e perdas financeiras, o que torna ainda mais difícil o acesso à renda e serviços para pessoas em situação de pobreza. Embora ainda seja necessário tempo e estudos apropriados para compreender plenamente o impacto da pandemia na saúde mental da população, é sabido que o adoecimento mental é inevitável e tende a superar a morbidade relacionada diretamente à infecção, com base em situações semelhantes de epidemias recentes e desastres de grandes proporções. No cenário brasileiro, a crise político-institucional e as divergências de orientações de fontes oficiais amplificam a insegurança e ansiedade, agravando a situação.

Desta forma, o presente artigo investigou o sofrimento psíquico entre universitários durante a pandemia, através de diversos estudos ao redor do mundo. Estes, apresentaram sintomas de estresse, incapacidade diante do isolamento, incômodo com a constante vigilância, preocupação com os cuidados preventivos, medo de perder pessoas queridas, ansiedade e depressão, falta de apoio familiar e social, além da insegurança em torno do seu futuro profissional. Entre as possíveis causas de alteração da saúde mental dos estudantes, destacam-se, ainda, a quebra da rotina acadêmica, o afastamento dos amigos e colegas, a preocupação com o atraso nas atividades e no curso, a interrupção de aulas práticas e estágios curriculares, além da realização de atividades de maneira remota, que pode dificultar o acesso à internet e a adaptação ao novo método de aprendizagem.

Para minimizar os efeitos negativos do sofrimento psíquico em estudantes universitários durante a pandemia, é crucial implementar medidas eficazes.

Apesar disso, é importante ressaltar as dificuldades encontradas para a realização de estudos sobre a relação entre a saúde mental dos universitários e a pandemia de COVID-19, já que se trata de uma situação recente e emergente. Para preencher essa lacuna, são necessários estudos longitudinais e descritivos, com ênfase em pesquisas qualitativas, para que possam ser valorizados aspectos subjetivos relacionados aos impactos causados pelo sofrimento psíquico e às formas de apresentação desses impactos. Assim, é importante resgatar a motivação para aprender, permanecer e compreender como os jovens aprendem, especialmente em um momento como este, onde o orientador tem o papel de ajudar a construir consciência crítica da história de vida e da situação atual do indivíduo, desnaturalizando e problematizando essa situação, buscando alternativas possíveis em cooperação com a comunidade de origem, onde o objetivo é favorecer o caminho da emancipação do status quo da sociedade.

Neste estudo, utilizou-se uma metodologia comparativa para analisar os desafios enfrentados pelos estudantes na escolha de uma profissão e isso permitiu uma compreensão transcultural de como as mudanças socioeconômicas e culturais afetaram a escolha de carreira em diferentes países, visto que a pandemia trouxe novos desafios e incertezas para a escolha profissional, como a falta de empregos em determinadas áreas e a necessidade de se adaptar a novas formas de trabalho, como o trabalho remoto.

Os resultados deste estudo podem ser usados para desenvolver políticas e programas de prevenção ou intervenção em saúde mental para facilitar a tomada de decisões de carreira entre jovens em diferentes países. Além disso, a compreensão ampla deste tema pode ajudar governos e organizações a tomar decisões mais informadas em relação à política pública e à gestão de recursos humanos. Portanto, a relação entre os estudos sobre a escolha profissional e a pandemia da COVID-19 em diversos países é crucial para entendermos as mudanças no mercado de trabalho e para ajudar a orientar indivíduos e organizações na tomada de decisões importantes relacionadas a carreira e emprego.

REFERÊNCIAS

- AALTO, Aino-Maija; MÜLLER, Dagmar; TILLEY, J. Lucas. From epidemic to pandemic: Effects of the COVID-19 outbreak on high school program choices in Sweden. **Labour Economics**, v. 82, p. 102346, 2023.
- ALMEIDA, Vanessa. Educação em perspectiva: a importância para o docente de conhecer a história da docência no Brasil. **Educere-Revista da Educação da UNIPAR**, v. 22, n. 1, 2022.
- ANDREWS, Lindsay M. et al. Can perfectionism affect career development? Exploring career thoughts and self-efficacy. **Journal of Counseling & Development**, v. 92, n. 3, p. 270-279, 2014.
- ANTUNES, Ricardo. **Coronavírus: o trabalho sob fogo cruzado**. Boitempo Editorial, 2020.
- ASSOCIAÇÃO MÉDICA DE PSIQUIATRIA - APA. What Are Anxiety Disorders? 2017.
- BANDURA, Albert; FREEMAN, William H.; LIGHTSEY, Richard. Self-efficacy: The exercise of control. 1999.
- BASKAR, Aditi; QUIGLEY, Laura; SANGHA, Kam. The impact of COVID-19 pandemic on career choice in a secondary school wide survey. **Journal of Medical Education Research**, v. 2, n. 1, 2022.
- BATES, Glen W. et al. Beyond employability skills: Developing professional purpose. **Journal of Teaching and Learning for Graduate Employability**, v. 10, n. 1, p. 7-26, 2019.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Vigilância em Saúde. Painel coronavírus. 2020.
- BROOKS, Samantha K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The Lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.
- CAMARGO, Irineu Soares de. **Gestão de carreira no início da carreira profissional: um estudo sobre atitude de carreira de jovens discentes da graduação da FEA/USP**. 2016. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.
- CARMO, Helen Cristina do; LEÃO, Geraldo. Os jovens e a escola. **Cadernos temáticos Juventude Brasileira e Ensino Médio**. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2014.
- CHEN, Shi et al. Making a commitment to your future: investigating the effect of career exploration and career decision-making self-efficacy on the relationship between career concern and career commitment. **Sustainability**, v. 13, n. 22, p. 12816, 2021.
- CLEMENTS, Andrew James; KAMAU, Caroline. Understanding students' motivation towards proactive career behaviours through goal-setting theory and the job demands-resources model. **Studies in Higher Education**, v. 43, n. 12, p. 2279-2293, 2018.
- COON, Kristin L. **Predicting career decision-making difficulties among undergraduate students: the role of career decision making self efficacy, career**

optimism, and coping. Southern Illinois University at Carbondale, 2008.

COSTA, Everton Garcia da; NEBEL, Letícia. O quanto vale a dor? Estudo sobre a saúde mental de estudantes de pós-graduação no Brasil. **Polis. Revista Latinoamericana**, n. 50, 2018.

DAYRELL, Juarez. A escola "faz" as juventudes? Reflexões em torno da socialização juvenil. **Educação & Sociedade**, v. 28, p. 1105-1128, 2007.

DE MEDEIROS CARVALHO, Poliana Moreira et al. The psychiatric impact of the novel coronavirus outbreak. **Psychiatry research**, v. 286, p. 112902, 2020.

DIAS, Maria Sara De Lima et al. Extensão universitária em tempos de covid-19: um relato de experiência no projeto (tutor): Relato de Experiência. **Revista Extensão & Sociedade**, v. 12, n. 1, 2020.

DIETRICH, Hans; PATZINA, Alexander; LERCHE, Adrian. Social inequality in the homeschooling efforts of German high school students during a school closing period. **European Societies**, v. 23, n. sup1, p. S348-S369, 2021.

DONG, Mengyuan; ZHENG, Jin. Headline stress disorder caused by Netnews during the outbreak of COVID-19. **Health expectations: an international journal of public participation in health care and health policy**, v. 23, n. 2, p. 259, 2020.

DUTRA, Joel Souza. Gestão de pessoas: modelo, processos, tendências e perspectivas. 2016.

ENUMO, Sônia Regina Fiorim et al. Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma cartilha. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, p. e200065, 2020.

FARO, André et al. COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

FIORILLO, Andrea; GORWOOD, Philip. The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. **European psychiatry**, v. 63, n. 1, p. e32, 2020.

GALEA, Sandro; MERCHANT, Raina M.; LURIE, Nicole. The mental health consequences of COVID-19 and physical distancing: the need for prevention and early intervention. **JAMA internal medicine**, v. 180, n. 6, p. 817-818, 2020.

HO, Cyrus SH et al. Mental health strategies to combat the psychological impact of COVID-19 beyond paranoia and panic. **Ann Acad Med Singapore**, v. 49, n. 1, p. 1-3, 2020.

HORA, W. et al. Impactos causados pelo ENEM. **Revista Scientia Plena Jovem**. 2017.

IBGE. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua. Pesquisa de Indicadores Sociais. 2019.

JEMINI-GASHI, Liridona; KADRIU, Erëblir. Exploring the career decision-making process during the COVID-19 pandemic: Opportunities and challenges for young people. **Sage Open**, v. 12, n. 1, p. 21582440221078856, 2022.

KAVOOR, Anjana Rao. COVID-19 in people with mental illness: challenges and

vulnerabilities. **Asian Journal of Psychiatry**, v. 51, p. 102051, 2020.

KOMARRAJU, Meera; SWANSON, Jane; NADLER, Dustin. Increased career self-efficacy predicts college students' motivation, and course and major satisfaction. **Journal of Career Assessment**, v. 22, n. 3, p. 420-432, 2014.

KUMAR, Anant; NAYAR, K. Rajasekharan. COVID 19 and its mental health consequences. **Journal of Mental Health**, v. 30, n. 1, p. 1-2, 2021.

LUCCA, Sergio Roberto de. Coronavírus: o trabalho sob fogo cruzado. 2020.

MAGALHÃES, Mauro de Oliveira. Propriedades psicométricas da versão brasileira da escala de comprometimento com a carreira. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 33, p. 303-317, 2013.

MAHMUD, M. I. et al. Hubungan antara ketidakfungsian pemikiran kerjaya, efikasi sendiri kerjaya dan ketidakupayaan membuat keputusan kerjaya dalam kalangan graduan ijazah pertama. **Jurnal Psikologi dan Kaunseling**, v. 9, p. 19-38, 2018.

MAHMUD, M. Kesan program kerjaya psiko-pendidikan cognitive information processing terhadap pemikiran kerjaya dan efikasi sendiri kerjaya pelajar di sebuah universiti awam. Fakulti Pengajian Pendidikan, Universiti Putra Malaysia, Serdang Selangor. 2017.

MAHMUD, Mohd Izwan et al. The career readiness construct between dysfunctional career thinking and career self-efficacy among undergraduate students. **strategies**, v. 7, n. 1, p. 74-81, 2019.

MANSOR, Maznizam; RASHID, Abdullah Mat. Career indecision: a cross-sectional survey among students of national youth skills training institutes. **Middle-East Journal of Scientific Research**, v. 17, n. 8, p. 1073-1079, 2013.

MARES, Gabriel; COJOCARIU, Venera-Mihaela; CÎRTIȚĂ-BUZOIANU, Cristina. Making Career Decisions in the Context of the COVID-19 Pandemic. An Analysis of Disadvantaged Student Groups. **Postmodern Openings**, v. 12, n. 1, p. 328-346, 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE DO BRASIL. Coronavírus: o que você precisa saber e como prevenir o contágio. 2021

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Coronavírus disease (covid-19) Pandemic. 2020.

ORNELL, Felipe et al. "Pandemic fear" and COVID-19: mental health burden and strategies. **Brazilian journal of psychiatry**, v. 42, p. 232-235, 2020.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisión sistemática X Revisión narrativa. **Acta paulista de enfermagem**, v. 20, p. v-vi, 2007.

RUIZ ESTRADA, Mario Arturo; KOUTRONAS, Evangelos. The Application of the 2019-nCoV Global Economic Impact Simulator (the 2019-nCoV-GEI-Simulator) in China. **Available at SSRN 3542817**, 2020.

SALES, Shirlei Rezende; EVANGELISTA, Gislene Rangel. Amor, coragem! dilemas e possibilidades na relação com estudantes em tempos de pandemia. **Retratos da Escola**,

v. 14, n. 30, p. 858-875, 2020.

SANTOS, Cátia Fernandes. Reflections about the impact of the SARS-COV-2/COVID-19 pandemic on mental health. **Brazilian journal of psychiatry**, v. 42, p. 329-329, 2020.

SANTOS, Larissa Medeiros Marinho dos. O papel da família e dos pares na escolha profissional. **Psicologia em estudo**, v. 10, p. 57-66, 2005.

SAVICKAS, Mark L.; PORFELI, Erik J. Career Adapt-Abilities Scale: Construction, reliability, and measurement equivalence across 13 countries. **Journal of vocational behavior**, v. 80, n. 3, p. 661-673, 2012.

SCHEIN, Edgar H. et al. Career anchors and job/role planning: The links between career pathing and career development. 1990.

SCHMIDT, Beatriz et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia (campinas)**, v. 37, 2020.

SERAFIM, Joquebede Alice dos Santos. Perspectiva dos alunos do ensino médio com relação à escolha de um curso de graduação. 2022.

SHIGEMURA, Jun et al. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. **Psychiatry and clinical neurosciences**, v. 74, n. 4, p. 281, 2020.

SIDIROPOULOU-DIMAKAKOU, Despina et al. Career Decision-Making Difficulties, Dysfunctional Thinking and Generalized Self-Efficacy of University Students in Greece. **World Journal of Education**, v. 2, n. 1, p. 117-130, 2012.

SOARES, Adriana Benevides; MARTINS, Janaína Siqueira Rodrigues. Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, v. 20, p. 57-62, 2010.

SOARES, D. A escolha Profissional. **Grupo Editorial Summus**. 2020

SOMAVILLA, Anny Beatriz et al. A ansiedade e o estresse dos estudantes com a expectativa do exame vestibular. **Revista interdisciplinar de ensino, pesquisa e extensão**, v. 9, n. 1, p. 280-288, 2021.

TORALES, Julio et al. The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. **International journal of social psychiatry**, v. 66, n. 4, p. 317-320, 2020.

ZHOU, Xiaoyun et al. The role of telehealth in reducing the mental health burden from COVID-19. **Telemedicine and e-Health**, v. 26, n. 4, p. 377-379, 2020.