



ATIVIDADE “AS MINHAS ESCOLHAS”

PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO ESCOLAR E VOCACIONAL

Ano lectivo ___/___

FICHA DE AUTOCONHECIMENTO – QUEM SOU EU?

1. IDENTIFICAÇÃO

Nome: _____ Idade: ____ Ano: ____ Turma: ____ N.º: ____

Habilitações literárias do pai: _____ Habilitações literárias da mãe: _____

Profissão do pai: _____ Profissão da mãe: _____

2. PERCURSO ESCOLAR

Reprovi no/s _____ ano/s de escolaridade. Os fatores que eu atribuo à/s minha/s reprovações foram (assinalar com x):

- a) Mau comportamento__ b) Falta de estudo __ c) Não gostava da escola __
d) Falta de interesse__ e) Faltava muito__ f) Doença__ g) Outro: Qual? _____

No conjunto do 7º, 8º e 9º, as três disciplinas em que obtive melhores notas foram:

1. _____ 2. _____ 3. _____

No conjunto do 7º, 8º e 9º, as três disciplinas em que obtive piores notas foram:

1. _____ 2. _____ 3. _____

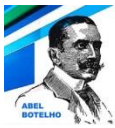
Independentemente das notas que tenho obtido, as três disciplinas que mais gosto são:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Independentemente das notas que tenho obtido, as três disciplinas que menos gosto são:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Cofinanciado por:



3. INTERESSES PESSOAIS

As três coisas que gosto mais de fazer nos meus tempos livres são:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Quando trabalhar, as três profissões que mais gostaria de ter são:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Quando trabalhar, as três profissões que menos gostaria de ter são:

1. _____ 2. _____ 3. _____

As três coisas que mais gostaria de fazer na minha vida nos próximos vinte anos são:

1. _____ 2. _____ 3. _____

4. SOBRE MIM

Sempre gostei de _____

Sinto-me bem quando _____

Se eu estudasse _____

Por vezes penso que seria melhor se _____

No futuro consigo imaginar-me a _____

No futuro não consigo imaginar-me a _____

Na escola sempre _____

Quando era criança queria ser _____

Os meus professores pensam que eu _____

Quando penso na universidade _____

A minha família _____

Para mim ter que escolher é _____

Os meus colegas pensam que eu _____

Se eu fosse _____ podia _____

No que se refere ao mundo do trabalho _____

Penso que tenho mais jeito para _____ do que _____

Penso que ficaria contente se _____

O mais importante na vida é _____

Cofinanciado por:



5. ESCOLHAS

Em relação às **escolhas** que tenho de fazer depois de concluir o 9º ano (assinalar com x):

- a) Já sei qual será a minha escolha ____
- b) Já sei qual será a minha escolha, mas tenho algumas dúvidas ____
- c) Ainda não sei qual será a minha escolha ____

Preciso obter mais informações sobre: _____

Considerando os meus **interesses e aptidões** e o tipo de profissão que mais gosto, neste momento, depois do 9º ano, penso em... (assinalar com x):

- a) Continuar nesta escola até ao 12º ano ____
- b) Continuar nesta escola mas num curso profissional ____
- c) Continuar até ao 12º noutra escola ____
- d) Continuar num curso profissional noutra escola ____
- e) Continuar numa escola profissional ____

Se assinalaste a alínea **a)** qual/quais é/são a/s área/s de estudos que pretendes seguir nesta escola? _____

Se assinalaste a alínea **b)** qual/quais é/são o/s curso/s profissional/ais que gostavas de frequentar nesta escola? _____

Se assinalaste a alínea **c)** qual/quais são a/as razão/razões de queres frequentar outra escola? _____

Se assinalaste a alínea **d)** qual/quais são a/as razão/razões de queres frequentar um curso profissional noutra escola? _____

Se assinalaste a alínea **e)** qual/quais são o/s curso/s que queres frequentar nessa escola profissional? _____

Quero prosseguir para a universidade: Sim __ Não __ Em que curso? _____

Data: ____/____/____

Cofinanciado por:

