

Roteiro visual da carreira – Usando árvores de objetivos e escadas de competências

Esta atividade ajudará os mentorados a visualizar a sua trajetória profissional única em STEAM, esclarecer os passos a curto prazo e as aspirações a longo prazo. Ela incentiva os mentorados a assumirem o controlo da sua trajetória profissional, transformando ideias abstratas – como «Quero tornar-me engenheiro de design de produtos» – em objetivos tangíveis que podem perseguir ativamente. É importante ressaltar que ela cria uma linguagem comum entre mentor e mentorado, permitindo conversas mais profundas sobre alinhamento, progresso e novas possibilidades.

Ao mapear a sua trajetória visualmente, os mentorados ganham um sentido mais claro de direção, maior motivação e uma estrutura que podem visitar e desenvolver à medida que crescem. Ao co-criarem este roteiro em conjunto, os mentores tornam-se guias de confiança, ajudando o mentorado a manter-se motivado, responsável e aberto a novas possibilidades ao longo do caminho.

Materiais necessários:

- Quadro branco grande em papel ou digital (por exemplo, Miro, Google Jamboard)
- Marcadores ou notas adesivas (se for presencial)

Processo

1. Sugestão para visão de carreira (5 a 10 minutos)

- **Pergunte aos mentorados:** «Qual é o emprego ou cargo dos seus sonhos na área STEAM?» Peça-lhes para escreverem ou desenharem isso no topo da página, como se fosse o «topo da árvore» ou o topo da escada.

2. Construa a árvore de objetivos/escada de habilidades (1 hora cada) – veja as próximas páginas

- **Para uma árvore de objetivos:** os ramos representam marcos importantes, como aprender novas ferramentas, liderar um projeto em grupo, participar num evento de tecnologia ou encontrar um mentor numa área específica. As raízes podem representar valores, paixões ou competências atuais.
- **Para uma escada de competências:** cada degrau da escada é uma competência ou conquista necessária para atingir o objetivo de carreira – do básico ao avançado (por exemplo, «concluir um workshop sobre Arduino» → «construir um protótipo» → «apresentar numa exposição local»).
-

3. Reflexão do mentor (15 minutos)

- Os mentores e os mentorados discutem juntos o roteiro. Os mentores fornecem feedback, sugerem etapas que faltam ou partilham exemplos pessoais de como alcançaram objetivos semelhantes.

4. Opção de acompanhamento

Transforme o roteiro num documento vivo. Reveja-o mensalmente para verificar as etapas concluídas e atualizar as novas.

Resultado:

Os mentorados saem com uma visão tangível e personalizada da sua trajetória profissional em STEAM e passos claros a seguir.

Usando árvores de objetivos e escadas de habilidades

Desenhe a estrutura da árvore

- **Raízes** = competências, valores e experiências existentes
- **Tronco** = ações, aprendizagens e compromissos atuais
- **Galhos** = objetivos e aspirações futuros

1. Comece pelas raízes

Pergunte:

- Em que já é competente?
- De que experiências ou pontos fortes está a tirar partido?
- Escreva 3 a 5 pontos fortes, tais como «resolução criativa de problemas», «conhecimentos básicos de programação», «interesse pela sustentabilidade».

2. Construa o tronco

Pergunte:

- O que está a fazer agora que contribui para o seu crescimento?
- Está a estudar, a construir, a pesquisar ou a estabelecer contactos?
- O tronco pode incluir coisas como «participar num clube de robótica» ou «aprender a usar software CAD».

3. Faça crescer os ramos

Peça ao mentorado para imaginar:

- Que funções ou conquistas pretende alcançar?
- Que tipo de impacto pretende ter na área STEAM?

Analistem a árvore juntos.

- Onde estão as lacunas?
- Em que área podem começar a trabalhar a seguir?



Usando Escadas de Competências

Desenhe uma escada com 5 a 7 degraus

O degrau superior representa um objetivo profissional específico (por exemplo, engenheiro de design de produto).

1. Comece pelo topo

Pergunte:

- Defina claramente o objetivo de carreira. Peça ao mentorado para escrevê-lo no topo da escada:
 - “Que trabalho ou função te entusiasma mais?”
 - “Que tipo de trabalho na área de STEAM você gostaria de estar a fazer daqui a 5 a 10 anos?”

2. Construa os degraus inferiores

Comece de baixo para cima, identificando conquistas menores que levarão a isso. Elas podem incluir:

- Participe de um workshop prático de fabricação
- Aprenda a criar protótipos usando Arduino

Incentive os mentorados a listar uma competência ou um marco por degrau. Estes devem ser uma mistura de competências técnicas, crescimento pessoal e exposição a novos ambientes. Tente estabelecer um prazo para isso.

3. Verificar o equilíbrio

Pergunte:

- Existe uma boa combinação de competências e experiências?
- Que passo poderia dar este mês?
- Quem ou o que poderia ajudá-lo a dar o próximo passo?

Partilhar e agir

- Peça aos mentorados que partilhem a sua escada com um pequeno grupo.
- Incentive o feedback entre colegas sobre como avançar, passo a passo.

