EDIÇÃO ESPECIAL UNIPORÁ · 2026

Planejamento de Carreira Empreendedora na Psicologia

Para quê empreender? Sentido, encontro e liberdade na carreira do psicólogo — um guia prático para transformar vocação em caminho.

Me. Caio Fábio Martins
Mestre em Psicologia · NEXsPERT ALLNEXS

ALLNEXS CONHECIMENTOS

POWERED BY CAIO FÁBIO MARTINS DESENVOLVIMENTO HUMANO

Material complementar da palestra na Semana de Psicologia do Centro Universitário de Iporá — UNIPORÁ · Iporá-GO · 11 de novembro de 2026

ANTES DE COMEÇAR

Um e-book para quem quer responder à vida com a própria carreira

Este material nasceu de uma noite em Iporá. Ele organiza, em forma de guia, o que foi conversado na palestra e acrescenta exercícios para você continuar o trabalho em casa.

A pergunta que atravessa todas as páginas é simples e exigente: **para quê empreender?** Não "como ganhar mais", nem "como crescer rápido", mas para quê. Quando essa pergunta é respondida, o dinheiro muda de lugar: deixa de ser o alvo e passa a ser consequência de um trabalho que faz sentido.

Como usar este e-book

- Leia com uma caneta na mão. Os capítulos 3, 7 e 8 têm espaços para escrever.
- Volte a ele em 90 dias. O plano do capítulo 8 foi feito para ser revisado.
- Converse sobre ele com alguém. Carreira é encontro: o outro enxerga a nossa "mina" antes de nós.

Sumário

1	Para quê empreender? O sentido como ponto de partida
2	Os 4 Ms da carreira: minha, mina, manuseável, mistura
3	Escavando a mina: exercício das três perguntas
4	Encontro e o psicólogo esponja
5	Caminhos para empreender na Psicologia — com casos reais
6	Liberdade, angústia, sombra e ética
7	Diagnóstico de carreira: onde estou agora
8	Seu plano de carreira com sentido + plano de 90 dias
9	Ferramentas para continuar e referências

CAPÍTULO 1 · SENTIDO

Para quê empreender?

Muitos estudantes de Psicologia sentem desconforto com a palavra “empreender”. Ela parece combinar pouco com cuidado, escuta e ética. Este capítulo propõe desfazer essa falsa oposição.

Viktor Frankl, psiquiatra austríaco e criador da logoterapia, sustentava que o sentido não é inventado por nós: é **encontrado** no mundo, nas tarefas, nas pessoas e nas situações que nos interpelam. Em vez de perguntarmos o que esperamos da vida, deveríamos perceber o que a vida espera de nós.

> **Não pergunte só o que você espera da carreira. Pergunte o que ela espera de você.**
>
> Paráfrase inspirada em Frankl, *Em busca de sentido*.

Aplicada à carreira, essa inversão muda tudo. Um projeto na Psicologia nasce de uma **demanda concreta**: uma população sem atendimento, uma empresa adoecendo, uma escola sem apoio, uma dor que ninguém nomeou. Quem empreende a partir daí não está “vendendo sofrimento”; está respondendo a um chamado com competência.

E o dinheiro?

Para Frankl, a felicidade não pode ser perseguida diretamente: ela acontece como efeito de uma dedicação a algo maior. Com a renda de um psicólogo ocorre algo parecido. Ela é necessária e legítima, mas tende a ser mais sustentável quando vem como **consequência** de um trabalho bem direcionado, e não como único alvo.

> **Para refletir:** que realidade concreta, hoje, mais mexe com você quando pensa no seu futuro profissional?

CAPÍTULO 2 · OS 4 MS

Tenho ciência de que minha carreira...

Quatro palavras com “M” ajudam a enxergar a carreira com mais clareza. Duas são afirmações. Duas são perguntas — e devem continuar abertas.

é Minha

Ninguém pode responder por mim. Isso não é individualismo: é responsabilidade. Professores, supervisores e mercado orientam, mas a resposta é pessoal.

é Mina

Uma fonte que se escava. Há em cada pessoa uma combinação única de história, sensibilidade e repertório. A carreira não se inventa do nada: se descobre.

é Manuseável?

A carreira é destino fechado ou matéria-prima? Ela pode ser moldada, ajustada, recomeçada. A pergunta fica aberta porque há limites reais — e também mais liberdade do que costumamos admitir.

é Mistura?

Ninguém se forma sozinho. Somos feitos de mestres, autores, pacientes, colegas e encontros. O desafio é integrar essa mistura numa identidade profissional própria.

Onde há mistério, há mensagem a ser decodificada. O psicólogo é, por ofício, um decodificador de mensagens. A primeira que precisa escutar é a da própria trajetória.

CAPÍTULO 3 · EXERCÍCIO

Escavando a mina: três perguntas

Responda com calma e com exemplos concretos. Estas respostas vão alimentar o seu plano no capítulo 8.

01 Que dor do mundo me toca?

Pense em pessoas, grupos ou situações que despertam em você vontade de agir.

02 Que recurso só eu carrego?

História de vida, habilidades, línguas, região, experiências anteriores, fé, sensibilidade.

03 Quem precisa disso que eu tenho?

Descreva uma pessoa ou organização real que se beneficiaria do seu trabalho.

Dica: peça a um colega que leia suas respostas e devolva “o que eu vi em você foi...”. Anote a palavra que mais te surpreender: _____

CAPÍTULO 4 · ENCONTRO

O outro não é cliente: é um Tu

Martin Buber descreveu duas atitudes fundamentais diante do outro: a relação **Eu–Isso**, em que o outro vira objeto, e a relação **Eu–Tu**, em que ele é presença e encontro.

Eu–Isso

O paciente vira "ticket médio". A empresa vira contrato. A pessoa se dissolve em métrica.

Eu–Tu

O serviço nasce do encontro. Marca, preço e processo existem para sustentar essa presença.

O medo de "virar comerciante" é, no fundo, o medo de cair no Eu–Isso. A saída não é fugir de gestão, preço e divulgação, mas construí-los de modo que **não reduzam a pessoa a objeto**.

O psicólogo esponja

Ao longo da formação, absorvemos muito: abordagens, testes, técnicas, estilos de colegas, histórias de pacientes. Isso é necessário. Mas a esponja tem dois destinos possíveis:

Esponja encharcada: sabe um pouco de tudo, não se posiciona em nada e não consegue dizer ao mundo o que oferece.

Esponja que sabe espremer: integra o que absorveu e devolve ao mundo algo reconhecível, com a sua assinatura.

Ferramentas diferentes, personalidades diferentes, sentidos diferentes — mas **todo mundo em busca de sentido**. Essa é a base comum que permite ao psicólogo servir públicos muito distintos sem perder a identidade.

CAPÍTULO 5 · CAMINHOS

Muitas formas de empreender na Psicologia

Clínica

Consultório próprio, presencial ou on-line, com nicho claro.

Organizações

Consultoria, RH, desenvolvimento de líderes, riscos psicossociais.

Docência

Formar quem forma: ensino, supervisão, treinamentos.

Conteúdo

Cursos, e-books, palestras, podcasts, educação em saúde mental.

Tecnologia

Ferramentas, plataformas e instrumentos com base científica.

Social

Projetos comunitários, ONGs, parcerias com poder público.

Casos reais: psicólogos que transformaram sentido em obra

Viktor Frankl (1905–1997). Médico psiquiatra austríaco, sobreviveu a campos de concentração nazistas e sistematizou a logoterapia. Seu livro *Em busca de sentido* tornou-se um dos títulos de Psicologia mais lidos do mundo. Uma experiência-limite virou abordagem, livro e escola de pensamento.

Martin Seligman. Como presidente da American Psychological Association, em 1998, propôs que a Psicologia estudasse também forças e virtudes humanas. Daí ganhou impulso a Psicologia Positiva — com centros de pesquisa, cursos e programas aplicados em escolas e organizações.

Daniel Kahneman (1934–2024). Psicólogo, recebeu o Prêmio Nobel de Ciências Econômicas em 2002 por pesquisas sobre julgamento e tomada de decisão. Mostrou que o conhecimento psicológico pode transformar outros campos — como a economia.

Em comum: nenhum deles começou pelo “como ganhar”. Começaram por uma pergunta que a realidade lhes fez.

CAPÍTULO 6 · LIBERDADE

Empreender dá vertigem. E tem sombra.

A vertigem da liberdade

Søren Kierkegaard, em *O conceito de angústia*, associou a angústia à experiência da liberdade: diante de possibilidades reais, sentimos vertigem. Sair da segurança de "ser contratado" e assumir um caminho próprio costuma provocar medo, insegurança e a sensação de ser um impostor.

> Esses sentimentos **não são defeitos**. Muitas vezes são sinais de que há uma escolha real em jogo. A pergunta não é "como não sentir medo?", mas "o que eu faço com ele?".

A sombra do empreendedor

Carl Gustav Jung chamou de **persona** a máscara social que apresentamos e de **sombra** aquilo que não reconhecemos em nós. Na carreira, a sombra aparece como vaidade, comparação nas redes, excesso de trabalho e a persona do "psicólogo de sucesso". Integrar a sombra evita que a carreira vire compensação.

> **Pergunta honesta:** estou empreendendo por sentido ou por compensação?

Ética como alicerce

O Código de Ética Profissional do Psicólogo orienta a prática e a divulgação dos serviços. Entre outros pontos, ele **veda prometer resultados** e fazer autopromoção em detrimento de colegas. Empreender com sentido inclui:

- divulgar com informação, e não com promessa;
- cobrar com dignidade — sustentabilidade é condição para continuar cuidando;
- buscar supervisão e formação continuada;
- conhecer as resoluções do Conselho Federal de Psicologia que se aplicam à sua área.

CAPÍTULO 7 · DIAGNÓSTICO

Onde estou agora?

Na lógica diagnóstica que orienta o método NEXsPOT da ALLNEXS Conhecimentos, nenhuma intervenção começa sem diagnóstico. Com a carreira é igual: antes do plano, um retrato honesto do momento.

Marque de 1 (muito pouco) a 5 (plenamente) quanto cada afirmação descreve você hoje.

Dimensão	Afirmação	1 · 2 · 3 · 4 · 5
Sentido	Sei responder para quê quero exercer a Psicologia.	○ ○ ○ ○ ○
Público	Sei quem eu quero servir e quais são suas necessidades.	○ ○ ○ ○ ○
Repertório	Tenho clareza das ferramentas que preciso dominar.	○ ○ ○ ○ ○
Rede	Tenho pessoas com quem trocar, aprender e me indicar.	○ ○ ○ ○ ○
Sustentação	Entendo como transformar meu trabalho em renda justa.	○ ○ ○ ○ ○
Autocuidado	Cuido de mim com a mesma seriedade com que cuidarei dos outros.	○ ○ ○ ○ ○

> **Como ler:** as duas dimensões com menor nota são o foco do seu plano de 90 dias. Não tente resolver tudo de uma vez: um passo bem dado vale mais que dez intenções.

Minhas duas prioridades:

CAPÍTULO 8 · PLANO

Seu plano de carreira com sentido

Quatro perguntas resumem o caminho deste e-book. Use as respostas dos capítulos 3 e 7.

Para quê?

A dor do mundo que me chama (Sentido).

Para quem?

O público que eu quero servir (Encontro).

Com quê?

Ferramentas e formação que vou buscar (Esponja).

Como sustento?

Preço, rotina, rede e autocuidado (Liberdade).

Frase de missão (até 25 palavras): “Eu existo profissionalmente para...”

CAPÍTULO 8 · PLANO DE 90 DIAS

Uma ação por mês. Um passo de cada vez.

Mês	Ação concreta	Prazo	Evidência de que fiz
1 · Explorar conversar, ler, observar			
2 · Formar curso, supervisão, grupo			
3 · Experimentar um primeiro projeto real			

Exemplos de ações possíveis

- Entrevistar três profissionais que atuam na área que me interessa.
- Iniciar um curso ou grupo de estudos na abordagem escolhida.
- Criar um perfil profissional que comunique com clareza o que pretendo oferecer, dentro das normas éticas.
- Propor um projeto voluntário ou de extensão com o público que quero servir.
- Montar uma planilha simples de custos e de preço justo para o meu futuro serviço.

Data da minha revisão: _____ Quem vai me cobrar com carinho: _____

CAPÍTULO 9 · PARA CONTINUAR

Ferramentas e próximos passos

NEXs TOOLS

Ferramentas de autoconhecimento, gestão e planejamento da ALLNEXS, como o mapa de autoliderança NEXs SELF LEADER. Use-as como apoio ao diálogo com um profissional de desenvolvimento humano — elas não substituem esse acompanhamento.
tools.allnexs.com

Biblioteca de e-books

Outros títulos para a sua trilha, como os de início na clínica e de carreira em Psicologia Organizacional e do Trabalho.
ebooks.allnexs.com

Curso gratuito

"Conceitos Fundamentais em Logoterapia", na plataforma MyNEXs, para aprofundar o pensamento de Frankl.
my.allnexs.com

Siga e converse

@allnexs · @caiofabiomartins
allnexs.com · caiofabiomartins.com

Referências

BUBER, Martin. **Eu e tu**. São Paulo: Centauro.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de Ética Profissional do Psicólogo**. Brasília: CFP, 2005.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. Petrópolis: Vozes.

JUNG, Carl G. **O eu e o inconsciente**. Petrópolis: Vozes.

KAHNEMAN, Daniel. **Rápido e devagar**: duas formas de pensar. Rio de Janeiro: Objetiva.

KIERKEGAARD, Søren. **O conceito de angústia**. Petrópolis: Vozes.

SELIGMAN, Martin E. P.; CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. Positive psychology: an introduction. **American Psychologist**, v. 55, n. 1, p. 5–14, 2000.

SOBRE O AUTOR

Me. Caio Fábio Martins

Mestre em Psicologia e doutorando com pesquisa sobre sentido no trabalho. Professor universitário, consultor de pessoas e lideranças e NEXsPERT da ALLNEXS, onde conduz o NEXs LEADER ONE. Admirador de Frankl, Buber, Kierkegaard e Jung, dedica sua trajetória a ajudar pessoas e organizações a encontrarem sentido no que fazem.

Onde há mistério, há mensagem a ser decodificada.
E você: vai empreender para quê?

ebooks.allnexs.com · allnexs.com · @allnexs · WhatsApp (62) 9 9610-5507
© 2026 ALLNEXS Conhecimentos · Edição especial distribuída aos participantes da Semana de Psicologia UNIPORÁ

ALLNEXS CONHECIMENTOS

POWERED BY CAIO FÁBIO MARTINS DESENVOLVIMENTO HUMANO