



## Effectiveness of Career Construction Counselling in fostering career adaptation strategies

Rosana Marques da Silva<sup>1</sup> · Íuri Novaes Luna<sup>2</sup> · Paulo Miguel  
da Silva Cardoso<sup>3</sup> · Isabel Nunes Janeiro<sup>4</sup>

Received: 26 May 2021 / Accepted: 28 January 2022  
© The Author(s), under exclusive licence to Springer Nature B.V. 2022

### Abstract

This study aims to analyse the Effectiveness of Career Construction Counselling in fostering career adaptability, adaptation of responses, and vocational identity in a sample of 41 participants, of whom 21 were assigned to the intervention group and 20 to the control group. Measurements of outcomes, with regard to adaptability, adaptation of responses, and vocational identity were applied at the start of counselling, the end of counselling, and 3 months after intervention. Findings revealed both the effectiveness of this approach to facilitate career adaptation strategies and the stability of the gains achieved throughout the intervention. Finally, the limitations of the study and its implications for research and practice are discussed.

**Keywords** Career counselling · Career adaptability · Vocational identity

---

✉ Rosana Marques da Silva  
marques@univali.br

Íuri Novaes Luna  
iuri.luna@ufsc.br

Paulo Miguel da Silva Cardoso  
pmsc@uevora.pt

Isabel Nunes Janeiro  
injaneiro@psicologia.ulisboa.pt

<sup>1</sup> Itajaí Valley University (UNIVALI), Rua Uruguai, 458 – Fazenda, Itajaí, Santa Catarina 88302-901, Brazil

<sup>2</sup> Federal University of Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, Santa Catarina, Brazil

<sup>3</sup> University of Évora, CEFAGE, Évora, Portugal

<sup>4</sup> School of Psychology, University of Lisbon, Lisbon, Portugal

## Résumé

### **Efficacité du counseling en construction de carrière pour favoriser les stratégies d'adaptation de carrière.**

Cette étude vise à analyser l'efficacité du conseil en construction de carrière pour favoriser l'adaptabilité de carrière, l'adaptation des réponses et l'identité professionnelle dans un échantillon de 41 participants, dont 21 ont été affectés au groupe d'intervention et 20 au groupe témoin. Les mesures des résultats concernant l'adaptabilité, l'adaptation des réponses et l'identité professionnelle ont été appliquées au début du conseil, à la fin du conseil et 3 mois après l'intervention. Les résultats ont révélé à la fois l'efficacité de cette approche pour faciliter les stratégies d'adaptation de carrière et la stabilité des gains obtenus tout au long de l'intervention. Enfin, les limites de l'étude et ses implications pour la recherche et la pratique sont discutées.

## Zusammenfassung

### **Wirksamkeit der Karrierekonstruktionsberatung bei der Förderung von Karriereanpassungsstrategien.**

Diese Studie zielt darauf ab, die Wirksamkeit der Karriereberatung bei der Förderung der beruflichen Anpassungsfähigkeit, der Anpassung von Antworten und der beruflichen Identität in einer Stichprobe von 41 Teilnehmern zu analysieren, von denen 21 der Interventionsgruppe und 20 der Kontrollgruppe zugeordnet wurden. Ergebnismessungen in Bezug auf Anpassungsfähigkeit, Anpassung der Reaktionen und berufliche Identität wurden zu Beginn der Beratung, am Ende der Beratung und 3 Monate nach der Intervention durchgeführt. Die Ergebnisse zeigten sowohl die Wirksamkeit dieses Ansatzes zur Erleichterung von Karriereanpassungsstrategien als auch die Stabilität der während der gesamten Intervention erzielten Gewinne. Abschließend werden die Limitationen der Studie und ihre Implikationen für Forschung und Praxis diskutiert.

## Resumen

### **Efectividad de la Consejería de Construcción de Carrera en el fomento de estrategias de adaptación de carrera.**

Este estudio tiene como objetivo analizar la Eficacia de la Consejería de Construcción de Carrera en el fomento de la adaptabilidad a la carrera, la adaptación de respuestas y la identidad vocacional en una muestra de 41 participantes, de los cuales 21 fueron asignados al grupo de intervención y 20 al grupo de control. Se aplicaron medidas de resultados en cuanto a adaptabilidad, adaptación de respuestas e identidad vocacional al inicio de la consejería, al final de la consejería y 3 meses después de la intervención. Los hallazgos revelaron tanto la efectividad de este enfoque para facilitar las estrategias de adaptación profesional como la estabilidad de los logros alcanzados a lo largo de la intervención. Finalmente, se discuten las limitaciones del estudio y sus implicaciones para la investigación y la práctica.