

Este cuadernillo pretende ser un material que colabore en tu decisión vocacional.

Este es tu tiempo de *elegir*.

A través de las actividades que te proponemos, queremos que puedas **pensar... te, revisar... te imaginar... te**. Podés trabajar en él libremente, equivocarte, borrar y volver a **expresar...te**.

La elección vocacional implica un tiempo para mirarte, compartir dudas, para buscar información y acercarte a personas y realidades nuevas.

Por ello, nos interesa ayudarte en esa búsqueda. Búsqueda que podés compartir con otros y fundamentalmente con tus compañeros de curso que transitan por la misma situación.

Cada una de las tareas que te proponemos, las trabajarás luego con tu orientador o docente, con quienes podrás debatir y esclarecer los temas que vayan surgiendo.



Tu presente:

Finalizar la escuela secundaria significa entre otras cosas, estar frente al inicio de algo nuevo. Posibles alternativas que muchos se estarán planteando son:

¿estudiar?

¿trabajar?

¿ambas?

Frente a esto se disparan muchas preguntas cuyas respuestas requieren reflexión:

¿Cuál será mi vocación?, ¿Qué puedo estudiar?, ¿Qué me gusta?, ¿Tendré capacidad para enfrentar lo que se viene?, ¿Podré adaptarme a la vida universitaria?, ¿Cómo hago para conseguir trabajo?, ¿Podré estudiar y trabajar a la vez?

Probablemente éstos y muchos otros cuestionamientos te preocupen ya que cualquier alternativa que elijas o a la que puedas acceder implica cambios.

Hablar de cambios es aceptar transformación, adaptación, reorganización, nuevos ritmos, nuevos espacios, nuevas personas. Esto no se transita sin ansiedades, temores, alegrías y logros. Tiene que ver con crecer y asumir nuevos roles.

Si pensás en tus elecciones anteriores inevitablemente surgen imágenes y palabras de otros. La de aquellos que eligieron tu nombre, tu ropa, el jardín al que fuiste, tu escuela primaria y, tal vez, la secundaria, entre otras cosas.

Hoy tenés la oportunidad de hacer tu propia elección. ¡vos sos el protagonista!



Cuando termina una etapa, se dejan vínculos, actividades, lugares y todo esto deja vivencias y experiencias que fortalecen para enfrentar lo nuevo.

- Elegí frases o textos, que expresen qué significa para vos finalizar el secundario (podés hacerlo en grupo). Escribí aquellas que seleccionaste. También podés utilizar letras de alguna canción.

- ¿Cómo vivís este momento?

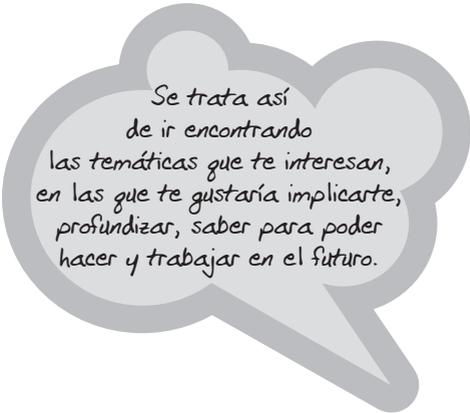
¿Qué puedo hacer para elegir?

“Dejá aflorar lo que realmente sentís, lo que te da placer, lo que te apasiona...” Se trata de ir construyendo tu por...venir.

¿Por donde empezar?

El punto de partida sos **VOS mismo**

Pensá en tu historia, tus experiencias, recuerdos, juegos que preferías.



*Se trata así
de ir encontrando
las temáticas que te interesan,
en las que te gustaría implicarte,
profundizar, saber para poder
hacer y trabajar en el futuro.*

¿Cómo soy?

¿qué me gusta?

Quien sos hoy, tiene que ver con el niño que fuiste. Las inclinaciones de tu pasado, ¿Se manifiestan en algunos gustos o intereses actuales? ¿En cuáles?.

• Mencioná tus gustos e intereses más estables por ejemplo: ¿te interesa leer? o saber de ... (artículos, diario, revistas, internet). Programas y actividades que preferís.

Otros dicen...otros opinan.

Muchos opinan y te sugieren opciones sobre tu futuro. Es importante escucharlos, sin dejar de prestarle atención a lo que vos **sentís** y **deseás**.

¿Qué dicen tus familiares y amigos de tus proyectos actuales y futuros?

¿Que pensás de sus comentarios?

Creemos que indagar en tu historia familiar, qué profesiones y/o ocupaciones fueron teniendo tus familiares más directos, te puede permitir identificar tus intereses hoy con los de ellos, ver coincidencias y diferencias que van pautando tu propio camino.

TUS NECESIDADES • TU HISTORIA • TUS GUSTOS • TUS EXPERIENCIAS
• TUS APRENDIZAJES • TUS CAPACIDADES •

vocación

Distintos factores influyen en la elección vocacional



Me costó pero al fin me decidí por Bromatología. La información me ayudó.
Andrés (18)



No tengo idea de qué seguir. Me cuestan los números.
Mariana (17)



Me interesa Odontología, unos amigos la estudian, es muy cara.
Juan Pablo (18)



Tengo ganas de encontrar mi vocación para sentirme feliz, pero estoy confundida
Alejandra (17)



Me gusta Ingeniería Genética, ¿conseguiré trabajo?
Paula (18)



Mi viejo quiere una carrera importante, pero yo... no se.
Agustín (18)



Cada semana cambio de carrera...No he profundizado mucho la información.
Carina (17)



Quisiera una carrera corta, me gusta lo manual, el dibujo.
Valentín (18)

Analizá tu situación

¿Algunas de las opiniones/experiencias anteriores tienen que ver con vos? ¿Cuál/cuáles?

Es importante que intentés identificar los factores o las situaciones que inciden en tu elección.
¿Qué estás privilegiando para elegir?

Gustos personales, gustos de otros cercanos, salida laboral, carreras de moda, duración de la carrera etc.

La necesidad de informarse

Para informarte, lo primero es tener en claro sobre qué querés informarte, lo que te interesa saber sobre las opciones que existen y que priorizás.

La información te permite conocer acerca de la oferta de carreras y ocupaciones, lo que te ayudará a realizar una elección más realista y adecuada.

PROFESIONES

OFICIOS

CAPACITACIONES

Te sugerimos explorar:

- Las ocupaciones o carreras relacionadas con tus intereses dentro de la variedad existente.
- El modo de aprender una ocupación u oficio.
- Si elegís seguir estudiando una carrera, el lugar donde se estudia, el plan de estudios, los años de duración, las condiciones para el ingreso, el tiempo requerido para su estudio, las materias principales, etc.
- El quehacer profesional de esas carreras. Cada una de ellas permite una amplia variedad de actividades y posibilidades de trabajo, algunas muy diferentes de otras.
- Las actividades y perspectivas de trabajo mediante el contacto con personas que se desempeñan en la profesión u oficio que priorizaste. Esas personas están involucradas con la actividad y te aportarán su experiencia personal.

Te ofrecemos un modelo de entrevista para realizar a estos profesionales:

¿Qué y dónde se estudia?

¿Cuáles son las materias o contenidos que se abordan? ¿Modalidad de ingreso?

¿Cómo es la facultad y sus exigencias? (régimen de estudio, promoción, vida estudiantil, etc.)

¿Cuál es el ritmo de estudio? ¿Qué tipo de tareas realiza cotidianamente ese trabajador?

¿Qué habilidades son necesarias para esas tareas?

¿En qué ámbitos se puede trabajar? ¿Dónde se puede realizar la capacitación?

Para empezar la búsqueda de información, te proponemos leer y comentar en grupo el texto: “Áreas del conocimiento”. Procurá identificarte con una o más de las áreas que se describen.

Para compartir en grupo:

¿Qué áreas priorizás?

¿Qué profesiones u ocupaciones creés que incluye cada una de ellas?

Comentá la respuesta con tus compañeros y escribí la tuya a continuación.

Cada una de estas áreas, supone carreras y/o cursos cuyos títulos o certificaciones te permitirán ejercer diversas profesiones, oficios u ocupaciones.

Te puede resultar útil relacionar lo que trabajaste en la propuesta

“VISITANDO UNA NUEVA CIUDAD”, donde seguramente te pusiste en contacto con gustos, preferencias, capacidades, con los contenidos de las áreas del conocimiento. Poder unir lo que es significativo para vos con carreras y actividades es un paso muy importante en tu elección vocacional.

Te ayudaría ir escribiendo todo aquello que vas reflexionando.

Áreas del conocimiento

Cada una de estas áreas, supone diversas carreras, oficios u ocupaciones.

ARTES Estas carreras tienden a la creación artística y a la expresión a través de: arte dramático, cerámica, música, etc. Suponen la creación, producción y/o ejecución así como el conocimiento, análisis y valoración de la obra artística.

ARQUITECTURA Y DISEÑO Se plantea el interés por la producción estética, la creación de obras arquitectónicas, espacios interiores y exteriores. Tiene en cuenta aspectos estructurales, constructivos y económicos.

CIENCIAS AMBIENTALES Estas profesiones se ocupan de la interrelación entre los seres vivos y su hábitat, la comprensión de la naturaleza, la protección del medio ambiente y la preservación de recursos naturales.

CIENCIAS AGROPECUARIAS Y AGROINDUSTRIALES Estas carreras se vinculan con el nivel de productividad de los campos, la explotación de los recursos naturales y el desenvolvimiento de las agroindustriales.

CIENCIAS EXACTAS Y NATURALES Abarcan: Las CIENCIAS BÁSICAS: física, matemática, química y biología, se caracterizan por un gran interés en la investigación y requieren la utilización de técnicas, procedimientos y métodos científicos. Las CIENCIAS APLICADAS utilizan estos conocimientos en aplicaciones prácticas para la industria, la salud, la economía, el agro, etc.

CIENCIAS ECONÓMICAS Y ADMINISTRACIÓN Sus profesionales tienen como objetivo mejorar los sistemas económicos, financieros, contables, para incrementar la actividad productiva. También se ocupan de la organización y administración de empresas y otras instituciones.

CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES Se aborda al ser humano en su contexto sociocultural. Incluyen actividades como: enseñar, orientar, informar, convencer, etc. Permiten al hombre interrogarse a sí mismo, investigar su historia, abordar conocimientos lingüísticos, geográficos, históricos, políticos, etc.

CIENCIAS DE LA SALUD Promueven el bienestar psicofísico de las personas ocupándose de la prevención, atención y recuperación de la salud a nivel personal y social. El desarrollo científico y de investigación ocupan un lugar importante en esta área.

SEGURIDAD PÚBLICA Estas carreras, suponen asumir tareas y responsabilidades vinculadas a la defensa de los derechos de las personas, del patrimonio nacional, y de sus instituciones.

SISTEMAS E INFORMÁTICA Se agrupan disciplinas que estudian las diversas técnicas y actividades relacionadas con el tratamiento lógico de la información a través de dispositivos tecnológicos. Por medio del desarrollo y manejo del hardware y del software posibilitan a empresas y organizaciones un mejor rendimiento.

TECNOLÓGICAS Estas profesiones se vinculan con la aplicación de los conocimientos científicos y tecnológicos para la innovación y el desarrollo productivo de la sociedad.

Pensar con otros ayuda a compartir dudas e inquietudes, permite apoyarse mutuamente en este “ir armando” un **nuevo proyecto**, en este “ir descubriendo” ¿qué hacer?



La salida laboral

Una de las preocupaciones más comunes a la hora de elegir una profesión es si tiene salida laboral o no.

Esta preocupación, a veces, adquiere tal dramatismo que no podemos pensar en otra cosa. Sin embargo, la pregunta sobre la salida laboral puede referirse a cosas muy diferentes según quién la haga.

Sin duda es un tema complejo, en el que se superponen y entremezclan otras cuestiones e ideas confusas.

Veamos algunas: cuando la gente se cuestiona por la salida laboral de una profesión, no se sabe si está preguntando sobre la posibilidad de hacerse rico con esa profesión, o sobre la posibilidad de tener trabajo y alcanzar la subsistencia con mayor o menor bienestar.

Es necesario distinguir estos dos sentidos, pues expresan dos tipos de expectativas de vida que se apoyan en determinados valores y que plantean exigencias y angustias diferentes.

Otro cuestionamiento frecuente es que se afirma con mucha seguridad qué carreras tienen salida laboral y cuáles no. Esta afirmación se sustenta a veces en el desconocimiento de que hay una inmensa variedad de carreras y que su número va en aumento con la complejización y el desarrollo de la sociedad.

Muchos también ignoran que hay falta de profesionales en carreras como enfermería, bibliotecología, geografía, etc., porque son poco difundidas y tienen escasos alumnos. Tampoco saben que cada carrera da la posibilidad de desarrollarse en una amplia gama de actividades de modo que la salida laboral suele ser más amplia de lo que creemos.

Es imprescindible conocer en profundidad cuáles son las posibilidades reales de desempeñarnos en tal o cual profesión y sus condiciones de empleo hoy, pero dentro de algunos años pueden ser diferentes.

Cada uno de nosotros tiene la posibilidad de modificar, no sólo su propia profesión sino contribuir a que las cosas cambien. Cuando se lleva a primer plano el tema de la salida laboral, a veces se dejan de lado otros planteos que tarde o temprano van a reaparecer.

Algunos renuncian a la posibilidad de elegir o hacer lo que quieren en función de lo que imaginan que va a brindar mayores ingresos. Otros se dedican a hacer lo que quieren, por vocación o por ganas, y saben que tendrán que luchar para ganarse su espacio.

Visita a la Expo Educativa 2013

A partir de las actividades que venís realizando con este cuadernillo, te proponemos que elijas áreas, carreras, oficios u ocupaciones en las que te interesaría profundizar. Escribí sus nombres (áreas y carreras que priorizaste) y armá el recorrido que realizarías en la Expo Educativa 2013 DGE, UNCUIYO y UTN (o si ya la visitaste ordena la información que pudiste obtener priorizando lo que más te interesó)

Tu proceso de búsqueda de información tiene distintas instancias:

Una de ellas la que ya mencionamos la **“Expo Educativa 2013”** donde podrás informarte y participar en talleres, muestras y “Vivencias universitarias” Para participar en los mismos podés solicitar turno al Tel. 449 4056 o al mail: orvocac@uncu.edu.ar

Este evento constituye una muestra general de la oferta educativa de la UNCUIYO, de la Dirección de Educación Superior de la provincia de Mendoza y de la Universidad Tecnológica Nacional, Regional Mendoza.

Estarán representadas todas las facultades de la UNCUIYO, los Institutos de Educación Superior de la Provincia y las carreras de la UTN. Cada facultad o instituto tendrá su stand con alumnos informadores y docentes que te aportarán información respecto de las distintas carreras y responderán a tus preguntas.

Además podrás asistir a **“Vivencias”**, una representación teatral que te anticipará algunos aspectos de la vida en la universidad, como una forma de acompañarte en esta etapa de cambio.

También, tendrás el stand del **“Servicio de Apoyo Académico y Orientación al Estudiante”** de la UNCUIYO donde podrás plantear tus dudas y además informarte sobre talleres vocacionales.

Obtendrás material gráfico, folletos, guías de carreras con la información que necesités. No se trata de acumular material, sino de seleccionar aquello que te interese. Podés venir solo, con tus amigos, tus padres, tus profesores.

Otra instancia de información, es **“Día de Facultad Abierta”**, en la que tendrás acceso a una información más específica y vivencial.



Durante la Expo te pierdas

“Vivencias universitarias”

Guión y dirección: **Lic. Adriana Hunau**

Actores: **estudiantes y egresados de la Facultad de Artes y Diseño UNCUIYO.**

- Una forma de acompañarte en esta etapa de cambio
- Un modo de **reflejar...te**

Algunos chicos opinaron:

- *“Lo que mostraron me hizo pensar”*
- *“No imaginamos que acá nos reflejarían así”*
- *“Tenía miedo de empezar la facu y los chicos que actuaron en Vivencias, me ayudaron”*
- *“Me sentí identificada”...*

Cronograma para asistir a vivencias universitarias (junio 2013)

Miércoles 26			14 h.	16 h.
Jueves 27	9 h.	11 h.	14 h.	
Viernes 28	9 h.	11 h.	14 h.	
Sábado 29	11 h.			

Después de la Expo...

Podés asistir solo, con tu grupo, con amigos.

Si venís con tu escuela, deben solicitar turno al “Servicio de Apoyo Académico y Orientación al Estudiante” UNCUIYO, tel. **449 4056**, o **413 5000** int. **2704**
de lunes a jueves de 9 a 18 y viernes de 9 a 13.

[...son tantas las carreras y tanta la información]

[...o tus expectativas no coinciden con lo que encontrás]
es bueno saber que lo por... venir, depende mucho de tu capacidad de esfuerzo, de superar obstáculos, de tolerar lo que no te guste...

Es el momento de avanzar y que puedas trabajar en tu escuela estos aspectos:

Organizar la información y clasificarla teniendo en cuenta tus intereses y objetivos.

Luego, de acuerdo con tus habilidades y experiencias, comprender mejor las alternativas que tienen que ver con vos mismo.

Podés así integrar, comparar, evaluar.

Después de la expo... otra instancia: **Día de facultad abierta**

¿Qué es Facultad Abierta?

Es un espacio para que puedas conocer la institución universitaria a la que elijas asistir. Te permite un contacto más vivencial y directo, no sólo con su ubicación o con su estructura edilicia, sino fundamentalmente contactarte con personas que forman parte de ella y que pueden, cada una desde su rol, aportar datos importantes de la misma.

En el día que se establece para esta visita (consultar cronograma) encontrarás la presencia de docentes, alumnos avanzados y/o monitores, que son quienes pueden ayudarte a esclarecer tus dudas, preguntas e inquietudes a través de un diálogo más directo y personalizado. Este espacio permite abordar características y estudio de la carrera, actividades y tareas desempeñadas por el profesional y ámbitos de trabajo.

El aporte del día de Facultad Abierta tiene que ver con el mayor conocimiento de la institución y la posibilidad de confrontación, de este conocimiento con la imagen previa que puedas tener.

Las vivencias y experiencias aportadas por los referentes pueden motivarte y colaborar en tu proceso de elección vocacional.

**Ampliar tu
información
es un paso
que no podés
dejar de dar**

**Te proponemos
diversos recursos...
¡aprovechalos!**



Cronograma Facultad Abierta UNCUYO 2013

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO		
Facultad de Artes y Diseño		
Diseño	12 y 13 08	17 h.
Música	12 y 13 08	17 h.
Cerámica	12 y 13 08	17 h.
Artes Visuales	12 y 13 08	17 h.
Artes del Espectáculo	12 y 13 08	17 h.
Facultad de Ciencias Aplicadas a la Industria	08 y 09 08	9 a 12 y 17 a 19 h.
Facultad de Ingeniería	06 08	9 a 12 y 16 a 19 h.
Instituto Tecnológico Universitario	09 08	11 a 13 y 14:30 a 16:30 h.
Facultad de Ciencias Económicas	30 07	10 y 17 h.
Facultad de Filosofía y Letras	12 08 13 08	9 h. 15 h.
Facultad de Educación Elemental y Especial	01 08 02 08	9 h. 18:30 h.
Facultad de Derecho	13 08	10 a 12 y 16 a 18 h.
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales		
Ciencias Políticas	13 08	10 a 13 y 15 a 18 h.
Sociología	13 08	10 a 13 y 15 a 18 h.
Trabajo Social	13 08	10 a 13 y 15 a 18 h.
Comunicación Social	13 08	10 a 13 y 15 a 18 h.
Facultad de Ciencias Agrarias	01 08	9.30 a 12.30 y 15 a 18 h.
Facultad de Ciencias Médicas		
Medicina	29 07	9 a 12 y 15 a 17 h.
Técnicos Asistenciales en Salud	29 07	9 a 12 y 15 a 17 h.
Enfermería	29 07	9 a 12 y 15 a 17 h.
Facultad de Odontología	08 y 09 08	11 a 13 y 15 a 17 h.
Instituto de Ciencias Básicas	02 08	9 a 11 y 14.30 a 17 h.
Instituto Universitario de Seguridad Pública	08 y 09 08	9 a 10 y 17 a 18 h.

Lecturas complementarias que aporten a tu proceso de elección vocacional.

Vocación y aptitud

La aptitud es la habilidad para realizar una actividad. Ejemplo: destreza física para los deportes; capacidad de abstracción y razonamiento lógico para las ciencias exactas; creatividad, para las artes plásticas.

La vocación o interés por un oficio no implica que se tenga aptitud para desempeñarlo. Puede ocurrir que tengas habilidad para cierta actividad pero que no te guste, o por el contrario, que sientas un marcado interés por algo pero no tengas habilidad para ello.

Hay diferencias entre	tener el interés o las ganas en desarrollarse en determinada área
	tener aptitud o capacidad para ella

La capacidad o la habilidad que tenemos para realizar tal o cual actividad están relacionadas con la experiencia. En este sentido, el contacto con diversos temas que la escuela secundaria nos ha posibilitado, es una forma de experiencia que te puede servir tanto para conocer tus preferencias, como también para reconocer tus habilidades.

Poder pensar, poder darte tiempo

...Quizás no te animés a aceptar tus propios sueños porque los considerarás inapropiados. No se trata aquí de ignorar los inconvenientes pero primero hay que tener en claro lo que uno desea para después ocuparse de los obstáculos. Si son reales habrá que pensar si es posible sortearlos o habrá que aceptarlos como el aspecto desfavorable que conlleva toda elección.

La propuesta es permitirte pensar en qué es lo que querés, con sus ventajas y desventajas, porque pensar no es decidir. Saber lo que uno quiere y elegir de acuerdo con ello es fundamental porque brinda la fuerza necesaria para hacer lo que deseamos a pesar de las dificultades con que podamos encontrarnos

En una sociedad enmarcada en la falta de empleo y el cambio frecuente de ocupación, donde cada vez cobran mayor importancia los espacios informales de trabajo, la potencia de hacer lo que uno quiere es un motor para ser creativos e inventar cosas. Por eso, elegir de acuerdo con el propio deseo tiene la fuerza de la pasión y de las ganas de realizar, pese a todo, aquello que nos gusta.



Tiempo para *elegir*

A veces, parecería que tenemos que decidir qué carrera vamos a seguir en cuanto hemos terminado el secundario y no en otro momento. Sin embargo, es posible que aún no estemos listos para tomar esa decisión. Por un lado, sentimos que debemos decidir, y por otro lado, no podemos hacerlo.

Esta contradicción es angustiante y puede paralizarnos e impedirnos seguir adelante.

El tiempo para elegir no es el mismo para todas las personas, por eso es necesario que cada uno se permita su propio tiempo para reflexionar y no dejarse agobiar por presiones y exigencias. Si todavía no sabemos qué carrera seguir, podemos ponernos en marcha preguntándonos qué nos pasa.



Textos seleccionados del libro "Cómo elegir una carrera" autora Lidia Ferrari, Edít. Planeta, Buenos Aires, 1995.

Pedir ayuda

Si después de un tiempo de reflexión y de búsqueda no encontrás un camino, tal vez necesitéis hablar con alguien que te escuche y te ayude a encontrar tus propias respuestas. Podés hablar con tus profesores, tus padres, tus amigos o un profesional de orientación vocacional.

La Orientación Vocacional es una ayuda especializada que tiene el objetivo es acompañar a las personas en la exploración de sí mismas y de su entorno para que puedan elaborar un proyecto educativo y ocupacional auténtico y viable.

Al finalizar esta propuesta, este espacio de encuentro y reflexión, esperamos que puedas haberte apropiado y usado este recurso, que puedas haberle dedicado tiempo y espacio a las lecturas y actividades que hemos incluido en el cuadernillo.

Conectarte con tu interior, con tu historia, con tus intereses te permite conocer algo más, saber más de vos mismo, aspectos necesarios para reflexionar sobre tu vocación y tomar una decisión.

Es importante advertir que la vocación no es algo que aparece mágicamente ni se puede encontrar desde la urgencia, el apuro o la presión... necesita tiempo y trabajo personal/ autoreflexión, búsqueda. Algunas palabras claves para manifestar la riqueza de este concepto podrían ser, “integrar” tu pasado y tu presente, encontrar similitudes, diferencias... “Interrelacionar” aspectos como tus intereses, tus ganas, tus talentos, habilidades y metas... “complementar” las miradas: lo personal y lo social, vos y la realidad, uno y los otros,

A partir de un trabajo personal y grupal, podrás ir encontrando un lugar: “tu lugar” en este momento que vivís, en este contexto social, y poder intentar así proyectarte hacia un después, poder ir delineando lo por... venir.

Poder pensar e imaginar que desde lo que elijas, desde lo que hagas puedas aportar, ayudar a tu país, a la sociedad en general.

Desde ya te deseamos éxitos y podés seguir contando con nosotros.

**Servicio de apoyo al Estudiante
y Orientación Vocacional
Secretaría Académica**

Nuestro mail: **orvocac@uncu.edu.ar**
Teléfono: **4494056** (8.30 a 17.30hs.)
Comedor Universitario.

