

Propuesta de actividades de  
acompañamiento para la  
reflexión sobre la elección de un  
estudio superior

# ORIENTACIÓN VOCACIONAL

**Cuadernillo de Actividades**

**DEPARTAMENTO DE  
ORIENTACIÓN VOCACIONAL**  
Universidad Nacional de  
Mar del Plata

---

# CUADERNILLO DE ACTIVIDADES

## INTRODUCCIÓN

El presente material fue elaborado por el equipo del **Departamento de Orientación Vocacional (DOV) de la Universidad Nacional de Mar del Plata** para proponerte algunas herramientas y acompañarte en la reflexión sobre tu elección.

Este material te permitirá avanzar en el reconocimiento de distintos factores que inciden en la elección de un estudio y la reflexión sobre la información a fin de favorecer el proceso para que puedas decidir de manera adecuada.

Las actividades permiten un acercamiento a distintos aspectos que atraviesan la decisión.

Para seguir profundizando en este proceso, luego si fuera necesario, podrás contactar a algunos de los profesionales del DOV.

## ¿CÓMO TRABAJAR?

Te sugerimos seguir la secuencia de actividades y sobre cada una de ellas escribir tus respuestas, reflexiones e interrogantes que pudieran ir surgiendo. Esto último podrás hacerlo en una hoja aparte o imprimiendo el material y registrando tus elaboraciones directamente sobre él.

Te animamos a avanzar siguiendo el orden en que te presentamos cada tarea, pero también tomándote tu tiempo para hacerlas. No hagas varias a la vez. Es importante que puedas reflexionar y pensarte en relación a cada tema.

La realización de estas actividades es **individual**.

## ¡ALGUNAS REFLEXIONES ANTES DE COMENZAR!

Sabemos que elegir **no es fácil**, por eso te vamos a acompañar en este tiempo.

La elección que vas a realizar es **personal**, esto quiere decir que la decisión que tomes, siempre será tu decisión. Nada (*"el test vocacional"*) ni nadie (profesores, familia, amigos, etc.) puede elegir por vos. Elegir es un derecho tuyo, por eso es importante que lo ejerzas. Que nadie pueda elegir por vos, no quiere decir que esta elección tenga que ser en soledad, hay otros/as que pueden acompañarte en este proceso y este cuadernillo es nuestra forma de estar junto a vos en este proceso.

Elegir implica hacerse **responsable** de esa elección y esto significa que lo que hagas para tomar la decisión tendrá consecuencia; *¿para quién?*, principalmente para vos. Así que lo que hagas o dejes de hacer repercutirá

favorable o desfavorablemente sobre tu proyecto (por ejemplo: si decidís asumir tu elección desde una actitud activa y comprometida seguramente la posibilidad de terminar abandonando lo que elijas emprender será mucho menor que si lo hacés desde una actitud de desgano o indiferencia).

En relación con lo anterior es importante que sepas que para decidir deberás **ser activo** en la búsqueda y el análisis de la información. *¿Qué quiere decir ser activo?* que **vos** vas a tener que buscar la información y hacerte de tiempo para analizarla, reflexionar y luego decidir.

Como ya te dijimos, no estás solo en esto. *¿Qué información deberías buscar?, ¿dónde?, ¿qué otros aspectos deberías considerar al momento de decidir?*, son algunas de las preguntas que trataremos de ayudarte a responder a través de estas actividades.

**Para elegir hay que conocer y para conocer hay que informarse.** Por eso recabar la mayor cantidad de información posible es crucial para que llegues a la decisión más adecuada para este momento de tu vida.

Ahora, es importante que nos detengamos a comprender de qué hablamos cuando decimos que hay que buscar información. Seguro estarás pensando, “... ¡ya sé....! es información sobre las carreras, las materias....”. Sí, esa información es importante pero no suficiente..

Para elegir qué estudiar deberás transitar por la búsqueda y la reflexión sobre distintos tipos de información. Te contamos cuales:

- ✓ **Información sobre vos mismo:** tus intereses, valores, aptitudes, habilidades, temores, recursos personales, etc.
- ✓ **Sobre tu familia:** saber si podrán apoyarte económicamente, si te acompañan en tu decisión, lo que ellos esperan de vos, sus sugerencias para tu decisión; luego ver cómo esta y otras cuestiones de tu familia y amistades facilitarían o dificultarían tu proceso.
- ✓ Por último, **información sobre las carreras y las ocupaciones:** materias, condiciones de ingresos, fechas de inscripción, condiciones de cursada, rol profesional, etc.

## 1 PRIMER PASO:

Vamos a empezar a explorar algo de la información que te permitirá conocerte mejor.

### ■ Mis Deseos<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Fuente: Medina, L.G.; Perichon, A. M. (2008). Coaching educativo. Una nueva visión de la Orientación Vocacional. Programa teórico práctico para abordar un proceso grupal. Ed: Bonum.

Identificar lo que deseamos para nuestras vidas, es el primer paso para poder empezar a pensar en nuestro futuro, partimos de la pregunta *¿qué deseamos para nuestras vidas?* para luego preguntarnos *¿cómo hacemos eso que deseamos?* y así construir objetivos y metas que queremos alcanzar.

A continuación, escribí todo lo que deseás para tu futuro, en relación a diferentes áreas de tu vida: profesional, laboral, familiar y personal, económica, etc., lo consideres o no posible.

### Lo que me gustaría

Ser.....  
.....  
.....  
.....

Hacer.....  
.....  
.....  
.....

Tener.....  
.....  
.....  
.....

### Reflexión:

Es importante poder pensar y poner en palabras lo que deseamos para nuestras vidas, así tenemos presente lo que queremos y podemos ir construyendo el camino que nos llevará a cumplir nuestros deseos. Puede ser que este camino no sea muy lineal y rápido, sino que tenga curvas y obstáculos. A lo mejor, llevará esfuerzo y voluntad para concretarlo pero si tenemos la meta clara y luchamos por lo que queremos lograr algún día llegaremos. No importa cuánto nos lleve, importa el camino recorrido y el aprendizaje que obtuvimos de ese recorrido. Es importante discriminar si eso que deseamos puede ser alcanzado y está dentro de nuestras posibilidades reales.

Puede ser que sean varias las cosas que deseás y eso ¡¡está bien!!.. Esta decisión que vas a tomar no va a definir tu vida, es una decisión más. Si mirás atrás en tu historia notarás que ya hiciste otras elecciones. Puede que esta sea la primera relevante y personal. Pero queremos que sepas que será la primera de muchas otras por venir (vendrán otros estudios, trabajos, hobbies, familia, viajes, etc.).

**No hay una decisión para toda la vida sino una vida para definir todos los proyectos que querramos.**

## ■ **Condiciones para la elección**

*¿Qué condiciones debería cumplir la carrera que elijas para que sea tu mejor decisión?*

A continuación se proponen una serie de **condiciones** que, por lo general, intervienen en la elección de una carrera.

Marcá cuáles crees que son más importantes considerando que **5** representa una alta importancia para tu elección, por el contrario, **1** representa una baja importancia para tu elección. Al final podés agregar otros que no estén en la lista y valorarlos según la escala propuesta

	<b>Condiciones</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	<b>La duración de la carrera</b>					
	<b>Que tenga salida laboral</b>					
	<b>Que me permita vivir bien</b>					
	<b>Que me guste</b>					
	<b>Que me permita viajar</b>					
	<b>En la que pueda trabajar con personas</b>					
	<b>Que me resulte fácil</b>					
	<b>Que a mi familia le agrade</b>					
	<b>Que me permita trabajar y estudiar.</b>					
	<b>En la que pueda ganar mucho dinero</b>					
	<b>Que a mis amigos le agrade</b>					
	.....					
	.....					
	.....					
	.....					

Partiendo de las condiciones consideradas por vos como importantes para tu elección, reflexioná y mencioná cuales podrían ser las condiciones que podrían dificultar la elección de tu carrera (por ejemplo: el costo, el lugar, la distancia, etc)

- ✓ .....
- ✓ .....
- ✓ .....
- ✓ .....
- ✓ .....
- ✓ .....
- ✓ .....
- ✓ .....

Ahora verás toda una serie de dificultades que suelen obstaculizar la concreción de proyectos de estudio, seguramente tienen cierta similitud con las que has establecido, por ello, marcá las que consideres posibles dificultades, asignales un puntaje en función del grado de importancia que tengan para vos. Recordá que **5** representa una muy alta importancia y **1** una muy baja importancia. Si faltara alguno de los mencionados por vos, por favor agregalo al final y valoralo según la escala propuesta

	<b>DIFICULTADES</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
	<b>Duración de los estudios</b>					
	<b>Aspectos económicos - Costo de los estudios</b>					
	<b>Distancia</b>					
	<b>Trabajar y estudiar</b>					
	<b>Exigencias académicas – Falta de capacidad</b>					
	<b>Dudas en cuanto a la elección</b>					
	<b>Miedo al fracaso o a perder un año</b>					
	<b>Falta de adaptación al sistema de educación superior</b>					
	<b>Carrera que se dicta en institución privada</b>					
	<b>Interés insuficiente</b>					
	<b>Edad</b>					

¿Considerás que las condiciones que buscás en la carrera que elijas son suficientes para motivarte a sostener el estudio de una carrera (proyecto de varios años) y luego su ejercicio profesional (actividad diaria)?, ¿por qué?

.....

.....

.....

.....

.....

En relación a las dificultades que podrían surgir para tu elección y permanencia en tu carrera, te animamos a pensar ¿cómo podrías superarlas?.

## Reflexión:

Cuando pensamos en una carrera esperamos que esta nos interese, pero a veces también que nos brinde salida laboral, que nos permita ganar dinero para vivir bien, entre otros valores que pueden guiar nuestra decisión.

Es importante que sepas que emprender una carrera es un proyecto a largo plazo, por lo tanto más allá de cualquier valor que puedas priorizar, el deseo por la experiencia de ser parte del mundo del conocimiento que nos proponen las carreras superiores debería ser el principal.

Si se trata de la carrera que te interesa, si te formás con responsabilidad y te gusta lo que vas a hacer; seguramente tu familia te apoyará, lograrás insertarte en el mercado laboral y en consecuencia llegarás a vivir bien.

### ■ Identificar tus intereses, habilidades y características de personalidad

Para poder construir tu proyecto educativo y futuro proyecto laboral, es importante identificar tus intereses, habilidades y características de personalidad. Para ello, te proponemos que pienses en las cosas que hacés diariamente y contestes las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Qué cosas te interesan, te gustan o te producen satisfacción al hacerlas?

.....

.....

- ✓ ¿Qué cosas te motivan y te llevan a prestarle más atención?

.....

.....

- ✓ ¿Para qué tipo de actividades consideras que sos bueno?

.....

.....

- ✓ ¿Qué adjetivos describen tu forma de ser? (Por ejemplo, introvertido; sociable; detallista; rutinario; innovador, etc.)

.....

.....

Una vez que hayas completado tus respuestas, podrás pedirle a una o dos personas significativas que consideres que te conocen mucho, que contesten esas preguntas pensando en vos, o sea, que te digan qué cosas ellos consideran que a vos te interesan, te motivan, para qué creen que serías bueno y qué adjetivos te describen.

A veces, nos resulta difícil identificar en nosotros estas cosas y, a lo mejor, las respuestas de las personas que más te conocen pueden ayudarte a reconocer

tus intereses, habilidades y forma de ser. También es importante, reflexionar sobre las respuestas de esas personas y ver si coincidís o no con lo que ellas opinan.

## Reflexión:

Una de las primeras cosas que solemos preguntarnos al momento de elegir una carrera es **¿cuál es mi vocación?**

Hay personas que expresan claramente saber qué quieren estudiar y solo necesitan corroborarlo. Otras pueden sentir que no tienen una vocación definida, que les gustan varias cosas, etc. Y otras experimentar la falta de intereses o creer que carecen de una vocación.

Otra manera de entender la vocación es creer que se trata de algo, un tema que me interesa con mucha intensidad, algo que debe apasionarme. En relación a esto, podemos llegar a sentir que si me gustan varias cosas es porque algo anda mal.

Sea cual fuere tu situación queremos contarte que **la vocación NO es algo con lo que nacemos** o una parte de nuestra carga genética o que se trata de un experiencia que en algún momento de nuestras vidas experimentamos y define nuestro futuro profesional.

**La vocación se construye, tus interés se construyen.** Desde el día en el que llegamos al mundo y tomamos contacto con él comenzamos a vivir y sentir que hay cosas que nos gustan, otras más o menos y otras no nos gustan nada. Este proceso seguirá a lo largo de toda la vida, en cada nueva etapa te conectarás con nuevos temas, actividades y descubrirás nuevos intereses.

**Es normal que te gusten varias cosas** y hasta que estas cosas sean muy distintas entre sí.

Identificar tus intereses es muy importante, esta información sobre vos mismo podrá llevarte a explorar distintas carreras. Pero también, **es importante diferenciar si esas cosas que te interesan las harías como trabajo o en tu tiempo libre.** Por ejemplo, que te interese la Historia, no significa que quieras ser Profesor de Historia o Licenciado en Historia, porque para eso te tiene que interesar también el ejercicio profesional, por ejemplo: enseñar sobre Historia o investigar, escribir sobre ella, etc.

También, es importante identificar tus habilidades y características de personalidad y reconocer las habilidades y características de personalidad que requiere la opción educativa elegida. Puede ser que ya tengas algunas habilidades y características de personalidad, pero otras las vas a ir desarrollando durante tu recorrido académico y durante tu vida.



## ■ Estilo de vida profesional:<sup>2</sup>

La mayoría de las personas estudian una carrera para en un futuro, trabajar de aquello que el título los habilita. Por eso, es importante preguntarse: *¿qué estilo de vida profesional te gustaría tener? Para lo cual, te invitamos a que realices un relato en relación a ¿cómo te gustaría que sea tu trabajo?*

Escribí todo lo que consideres pertinente. A continuación, encontrarás algunas preguntas que pueden orientarte en tu narración: ¿cuántas horas te gustaría trabajar?, ¿cuántos días a la semana?, ¿te gustaría trabajar solo y/ o en equipo?, ¿te gustaría trabajar en un lugar cerrado o al aire libre?, ¿en dónde (oficina, institución educativa, consultorio, empresa (que tipo), fábrica (de qué), etc.?, ¿en relación de dependencia?, ¿de manera independiente?, ¿realizando qué tipo de tipo de esfuerzo (físico, mental)?, ¿te gustaría viajar por trabajo?, ¿qué verbo caracterizaría tu desempeño laboral? (Por ejemplo, crear, inventar, ayudar, enseñar, vender, administrar, negociar, comunicar, evaluar, explicar, divertir, escribir, defender, construir etc.), ¿con qué tipo de cosas te gustaría trabajar? (Por ejemplo: computadoras; dinero; máquinas; animales; imágenes; equipos eléctricos; gráficos; edificio; comida, etc.), ¿con qué tipo de personas te gustaría trabajar? (Por ejemplo: niños; adolescentes; adultos; pacientes; clientes, profesores; técnicos, profesionales, etc.).

(Para hacer en hoja aparte)

## Reflexión:

El trabajo es una actividad que organiza nuestra existencia ya que lo realizamos gran parte de nuestro tiempo diario y durante un largo tiempo en nuestras vidas. Por eso es importante identificar todos los aspectos que mencionaste en esta actividad para saber en qué tipo de actividades y en qué lugares te sentirías más cómodo/a trabajando.

## 2 SEGUNDO PASO:

Ahora vamos a pensar en relación a la familia y sus ocupaciones, ya que no somos personas aisladas, sino que venimos y formamos parte de una familia. Poder reconocer que personas importantes nos acompañaron en nuestro crecimiento y observar qué elecciones realizaron a lo largo de su vida, nos permite conocer más nuestras raíces y posibles influencias en la elección.

## ■ Historia de decisiones

---

<sup>2</sup> Fuente: Gorostiaga, M.(2010) Cómo colaborar con la orientación vocacional de los jóvenes. Ed: Aique

Te sugerimos acercarte a familiares que te han acompañado en el transcurso de tu vida e indagues sobre su historia personal de elecciones educativas y ocupacionales. Cuando nos referimos a familiares, es importante que incluyas a quienes vos consideres como tales, no hay un criterio o recorte objetivo para hacerlo sino que nos referimos a aquellas personas que resultan y resultaron significativas para vos, a lo largo de tu desarrollo.

Algunas preguntas para orientar tu indagación:

- ✓ ¿Qué carrera/as estudiaron?, ¿terminaron?, ¿qué pasó?
- ✓ En el caso de que no hayan realizado algún estudio superior, ¿quisieron estudiar alguna carrera?, ¿cuáles?, ¿qué pasó?.
- ✓ A lo largo de sus vidas ¿qué trabajos realizaron?, ¿cuáles les gustaron más y por qué?, ¿cuáles les gustaron menos?
- ✓ ¿Qué piensan ellos sobre tu elección?
- ✓ ¿Hay alguna carrera que te sugieren estudiar?, ¿por qué?
- ✓ ¿Hay alguna carrera que te sugieren evitar?, ¿por qué?

A continuación te invitamos a que escribas una síntesis de lo que te fueron comentando.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Tomate un tiempo y tratá de responderte: *¿qué pensás sobre lo que te comentaron?, ¿con qué cuestiones estás de acuerdo?, ¿sobre cuáles en desacuerdo?, ¿por qué?*

■ **Árbol Genealógico<sup>3</sup>**

---

<sup>3</sup> Fuente: Crouzel, C. M. (2015). Descubriendo tu vocación. Camino práctico para un proyecto de vida consentido. Noveduc libros.

En base a la información que obtuviste en la actividad anterior realizá tu árbol genealógico vocacional. Elegí el diseño que prefieras. Colocá los nombres, estudios, profesiones y/o ocupaciones de tus padres, hermanos, abuelos, tíos, primos y de cualquier familiar que sea significativo para vos.

Una vez realizado el árbol genealógico, te sugerimos las siguientes preguntas para pensar:

a- Coloreá aquellos estudios, ocupaciones y/o profesiones que se repitan o que sean parecidas.

b- Marcá con otro color aquellas personas cuyos estudios, ocupaciones y/o profesiones son importantes y te resultan atractivas por su estilo de trabajo y de vida.

c- Para seguir pensando:

*¿Cuáles son las cosas que te resuenan y te dejan pensando al mirar tu árbol?, ¿algunos estudios, profesiones y/o ocupaciones se repiten?, ¿te gusta alguna profesión y/o ocupación que ejerce algún familiar?, ¿vas a ser el primero en estudiar de tu grupo familiar?, ¿te gusta alguna carrera muy distinta a lo que han elegido tus familiares y no te animás?, ¿te gustaría estudiar lo mismo que algún familiar y eso no te agrada?, ¿te sentís presionado en relación a tu futuro?, ¿te sentís tironeado o libre en la elección?.*

*(Para hacer en hoja aparte)*

### 3 TERCER PASO:

Vamos a avanzar en otro aspecto de la información. Ahora te proponemos actividades para conocer las opciones educativas y sus posibilidades.

Como ya dijimos para elegir de la mejor manera hay que buscar y analizar distintos tipos de información.

La información que te proponemos revisar suele ser la que primero relacionamos para este tipo de decisión.

En este apartado esperamos puedas reconocer los distintos tipo de información que se necesitan y donde buscarla.

#### ■ **¡Investigamos!**

Elegir supone hacerse preguntas. Para empezar a responderlas necesitamos convertirnos en ¡investigadores activos! Ir hacia la información, avanzar de a poco para construir nuestro proyecto de estudio.

#### **Consigna:**

Vamos a empezar a buscar y acercarnos a la información sobre los estudios superiores. Para ello, te proponemos que accedas a una computadora con Internet y que, como vos creas mejor, te dispongas a buscar información sobre ¿qué carreras se pueden estudiar en Mar del Plata después del secundario?

Ingresa a cualquier buscador por Internet (Ej.: Google). Solo buscá los nombres de las distintas carreras y armá tu propia lista de opciones de estudio superiores. *(Para hacer en hoja aparte)*

### **Bitácora de tu navegación<sup>4</sup>:**

También, te proponemos que vayas realizando un registro tu búsqueda, llevar la bitácora de tu navegación por Internet; para ello te sugerimos el siguiente cuadro:

<b>Tiempo que le dediqué</b>	
<b>Buscadores, palabras o sitios que utilicé para la búsqueda.</b>	
<b>Obstáculos que encontré</b>	
<b>Cosas que me llamaron la atención o descubrí</b>	

---

<sup>4</sup> Recurso tomado y adaptado de<sup>4</sup> Fuente: Medina, L.G.; Perichon, A. M. (2008). Coaching educacional. Una nueva visión de la Orientación Vocacional. Programa teórico práctico para abordar un proceso grupal. Ed: Bonum.

## ■ ¡Nos sumergimos en la información!

Ahora vamos a ir un paso más adelante, hasta este momento pudimos explorar las distintas opciones de estudios superiores (los nombres de las carreras). Ahora te proponemos profundizar en la información

### Consigna:

De la lista de carreras que armaste, deberás elegir 3 (tres). Las que vos quieras, las que te parezcan, según el criterio que creas mejor.

De esas tres carreras deberás buscar por internet, toda la información que consideres que necesitás para saber de qué se trata, en qué consiste.

## ■ Tipos de información

Luego de haber hecho la actividad anterior te proponemos que marques con una cruz qué información buscaste sobre cada opción.

TIPO DE INFORMACIÓN	1	2	3
Plan de estudio (materias)			
Duración de la carrera			
Condiciones de cursada (por turnos, por materias, cuatrimestrales, anuales, etc.)			
Condiciones de ingreso (¿tiene curso o examen de ingreso?, ¿en qué consiste?)			
Fechas y modalidad de inscripción. (¿Cuándo y dónde me anoto?)			
Incumbencias o rol profesional. (¿de qué trabaja alguien que tiene ese título?. Lugares de trabajo, tareas, con qué personas sobre qué temas, etc.)			

Ahora te invitamos a reflexionar sobre el cuadro anterior. Observa:

- ✓ ¿Qué tipo de información buscaste?, ¿por qué consideras que la información explorada es importante para tu elección.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- ✓ Si te faltó buscar algo de la lista indicada en el cuadro, ¿por qué creés que no lo consideraste para tu búsqueda?

.....

.....

.....

.....

.....

## Reflexión

Cada uno de los tipos de información mencionados anteriormente son necesarios para poder conocer adecuadamente las opciones de carrera que podrían ser de tu interés.

Saber sobre las materias, duración, lugar de cursada, ingreso, etc. es importante para que puedas conocer en qué consistirá el tiempo de tu formación profesional pero, también, para que puedas anticipar cuestiones tales como el traslado, posibles rutinas de estudio, materias que podrían llegarte a gustarte o no, que podrían resultarte difíciles o no, etc. Esta información es relevante pero no es suficiente para elegir de la mejor manera.

En tu búsqueda no puede faltar información sobre las Incumbencias (también conocidas como Rol Profesional, Alcances del Título, etc.) es esencial para que tu elección pueda decantar (definirse). Saber dónde, en qué, con quienes podrás trabajar es fundamental para que puedas tener una idea clara y objetiva de qué es lo que podrás hacer una vez que hayas finalizado tu carrera.

**Decidir considerando solo la información sobre lo que creo que es o me contaron sobre las carreras, podría llevarte a elegir de manera incorrecta pudiendo afectar tu permanencia en ella a futuro.**

## ¿Dónde buscar?

- ✓ **Por la WEB:** páginas oficiales de las instituciones, buscadores de carreras, YouTube, Redes Sociales de las instituciones, Colegios Profesionales.
- ✓ **Instituciones educativas de nivel superior:** Universidades e Institutos de Educación Superior.
- ✓ **Personas que estudian y trabajan** en la carrera de interés.

Cabe aclarar que, en el contexto actual, podremos recurrir a información por fuentes y medios virtuales. (Email, consultas por redes sociales, video llamadas, etc.)

Luego de este tiempo de aislamiento, también podrás informarte asistiendo a **charlas sobre las carreras, muestras educativas**, etc.

## 4 CUARTO PASO:

¡Llegaste a este último paso!, que a su vez, es el primero para seguir construyendo tu proyecto educativo.

Te invitamos a que vuelvas a revisar todas las respuestas de las actividades propuestas, a fin de recabar información sobre vos mismo y la opción educativa, para poder completar el siguiente cuadro. Te sugerimos que primero contestes todas las preguntas N°1, referidas a la opción elegida, y luego, todas las preguntas N°2, relacionadas con vos.

ASPECTOS INTERNOS		OPCIÓN .....
<b>HABILIDADES</b>	1) ¿Qué habilidades requiere esta carrera u ocupación?	
	2) ¿Tengo esas habilidades que requiere la carrera u ocupación?	
<b>INTERESES</b>	1) ¿Qué áreas de interés abarca esa carrera u ocupación?	
	2) ¿Esas áreas coinciden con mis intereses?	
<b>PERSONALIDAD</b>	1) ¿Qué tipo de características de personalidad requiere esa carrera u ocupación?	
	2) ¿Qué aspectos de mi personalidad se relacionan con esa carrera u ocupación?	
<b>ASPECTOS EXTERNOS</b>		

<b>REQUERIMIENTOS DE CAPACITACIÓN</b>	1) ¿Cuáles son las condiciones de cursada, horarios, exigencias académicas, dificultades, plan de estudio, etc.?	
	2) ¿Considero que podré cumplir con esos requisitos?	
<b>APOYO DE TERCEROS</b>	1) ¿Cuál es la opinión de las personas que me rodean acerca de esta elección?	
	2) ¿Cómo influyen en mí esas opiniones?	
<b>POSIBILIDADES DE TRABAJO</b>	1) ¿Cuál es el rol laboral de esa carrera u ocupación?	
	2) ¿Me veo realizando ese trabajo? ¿Existen demandas reales: dónde podría trabajar o qué emprendimientos podría desarrollar?	

(Este cuadro podés repetirlo, tantas veces como quieras, en relación a otras opciones de carrera que estés contemplando)

### ■ Cruzar los datos.

#### Objetivo de la actividad:

Para esta actividad tendrás que volver a la actividad 2 (sobre condiciones) del **1 Primer Paso** de este cuadernillo y a la actividad 2 (profundizamos en la información sobre las carreras) del **3 Tercer Paso**.

#### Consigna:



En función de las opciones de carrera elegidas por vos para profundizar en la información durante la actividad 2 del tercer paso de este cuadernillo (pueden ser menos o más las opciones finales), escribilas a continuación:

✓ Opciones de carrera finales

.....

.....

.....

Luego identificá cuales fueron las condiciones que valoraste como más importantes para la elección de una carrera (puntaje 4 y 5 otorgados en la actividad 2 del primer paso del cuadernillo). Escribilas a continuación:

✓ Condiciones más importantes:

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....

Inidentificadas estas últimas, vas a analizarlas en su relación con cada carrera de tu interés

¿Cómo vas a hacerlo?

Vas a ver cuántas de estas condiciones cumple cada carrera que a este momento podrías consideras como posible opción para tu elección. En el siguiente cuadro escribí la opción y en la columna siguiente las condiciones que cumple esa carrera. Hace lo mismo con cada uno de los estudios elegidos.

OPCION	CONDICION	OPCION	CONDICION	OPCION	CONDICION
.....		.....		.....	
.....		.....		.....	

Para finalizar!!

Observá el cuadro:

- ✓ ¿Qué impresión te da lo que observás en el cuadro?
- ✓ ¿Cómo te sentís al respecto?
- ✓ ¿Cuál de las opciones cumple con más condiciones?
- ✓ Por último jerarquizá tus opciones:  
Si tuvieras que ubicarlas en un ranking, ¿cuál de tus opciones quedaría en primer lugar, cuál en segundo, tercero y así sucesivamente si hubiera otras?

## !!!!Ranking de carreras!!!!



**!!!Excelente!!! Si llegaste a este punto podrás ver que ya hiciste una elección, pero esto no termina acá.**

**Seguí profundizando en la información. Todo lo que más sepas sobre tus opciones de interés te permitirá llegar a una decisión lo más segura posible, no a una elección 100% segura, porque como ya te contamos eso no es posible,**

Para descubrir un poco más sobre el mundo de los estudios superiores, te invitamos a revisar el siguiente enlace. Ahí te contamos un poco sobre las diferencias entre lo que te implicará ser estudiante en una carrera superior en relación a lo que es serlo en la secundaria

<https://view.genial.ly/5e7e0df305e3d20e6efc7a7a/presentation-post-secundario>

Como te dijimos al comenzar este cuadernillo, elegir no es fácil pero no estás solo en este proceso.

Si crees que necesitas orientación de un profesional especializado contáctanos a: [dovie@mdp.edu.ar](mailto:dovie@mdp.edu.ar)

Para saber más sobre nuestro servicio te invitamos a recorrer la página de la Universidad Nacional de Mar del Plata.

**[www.mdp.edu.ar](http://www.mdp.edu.ar)**