

# Elecciones Vocacionales



## OFERTA EDUCATIVA 2024

# ¡Bienvenidas y bienvenidos!

En la etapa de la vida en la que nos encontremos, tomar decisiones sobre nuestro futuro puede parecer un desafío abrumador. Es un momento crucial para definir no solo qué caminos queremos explorar, sino también quiénes deseamos llegar a ser. Este cuadernillo de planificación futura personal, está diseñado para ser una guía en este proceso, brindándote herramientas y reflexiones que te ayudarán a conocer mejor tus intereses, habilidades y aspiraciones.

A través de una serie de actividades y recomendaciones prácticas, te invitamos a emprender un camino de autoconocimiento y exploración de formación profesional. Nuestro objetivo es apoyarte en la identificación de tus fortalezas y pasiones, así como en la toma de decisiones informadas sobre tu futuro académico y laboral.

Recuerda que este es un proceso personal y único.

Tomate el tiempo necesario para reflexionar sobre cada actividad y aprovechar al máximo esta oportunidad para construir un futuro que esté alineado con tus metas.

## Primera Etapa

Tomar decisiones acertadas es una habilidad crucial que impacta profundamente en nuestra vida personal y profesional. Una de las claves para tomar decisiones bien fundamentadas es el autoconocimiento, es decir, el entendimiento profundo de nuestras propias habilidades, valores, intereses y metas. Sin una visión clara de quiénes somos y qué queremos, es fácil sentirse perdido o tomar caminos que no se alineen con nuestra propia identidad. El autoconocimiento nos permite evaluar opciones de manera más efectiva y elegir aquellas que nos acerquen al desarrollo de nuestro máximo potencial personal y profesional.

Para ello te proponemos realizar las siguientes actividades:

### **Collage ¿Quién soy?**

Hacé un collage en el cual vas a intentar mostrarte tal cual sos, vas a contar allí, qué te gusta o interesa, qué no...elegí el material que quieras y seleccioná imágenes que te permitan responder a la pregunta: "¿Quién soy yo?"

Luego colócale un título. Tené en cuenta en qué orden fuiste realizando y por qué elegiste cada imagen.

El método **IKIGAI** es una filosofía originaria de Japón que busca ayudar a las personas a encontrar un propósito en la vida. La palabra IKIGAI se puede traducir como «razón de ser».

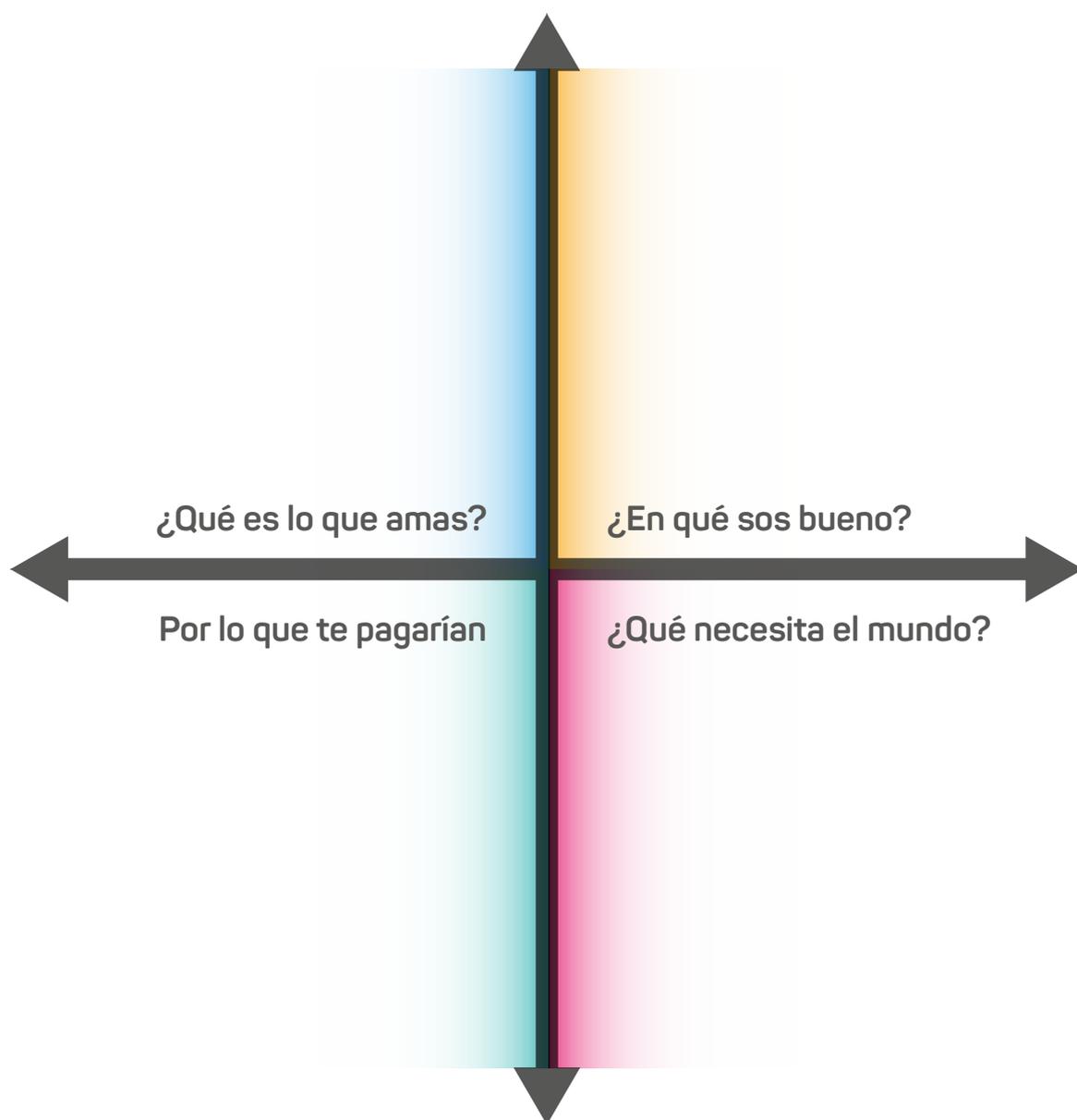
**Este enfoque combina cuatro elementos clave:**

- Lo que amas: Actividades y pasiones que te entusiasman.
- En lo que eres bueno: habilidades y talentos en los que sobresales.
- Lo que el mundo necesita: Necesidades y demandas de la sociedad.
- Por lo que te pueden pagar: Aspectos que pueden ser recompensados económicamente.

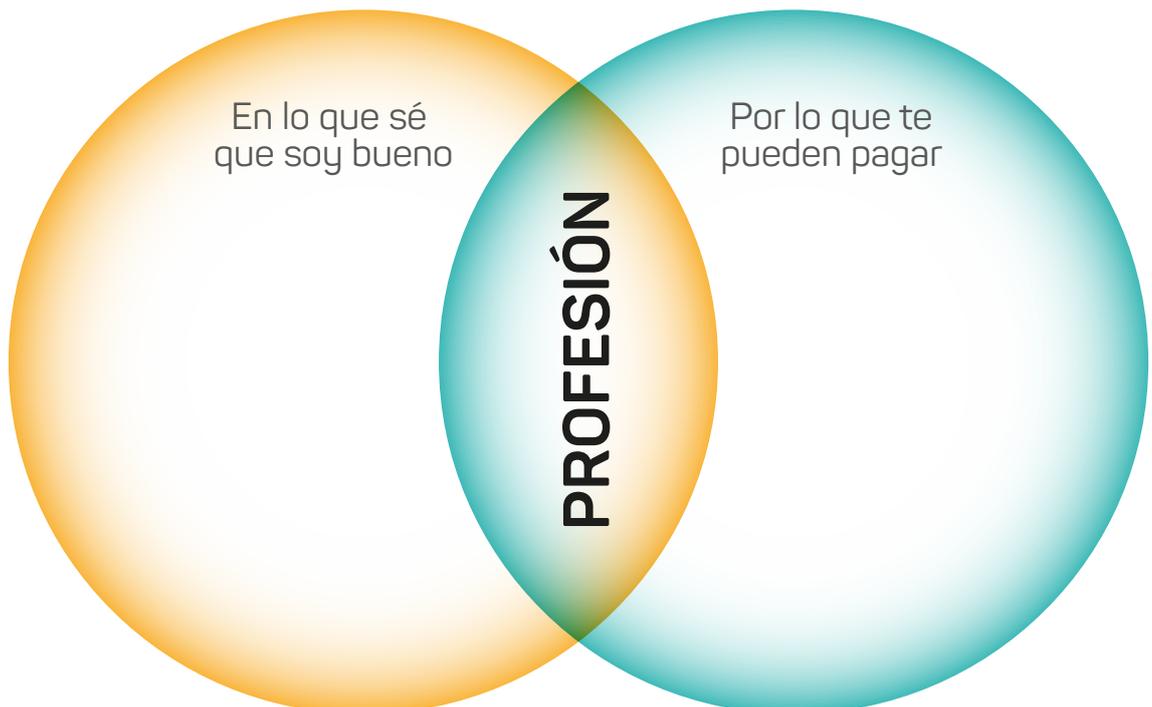


## IKIGAI

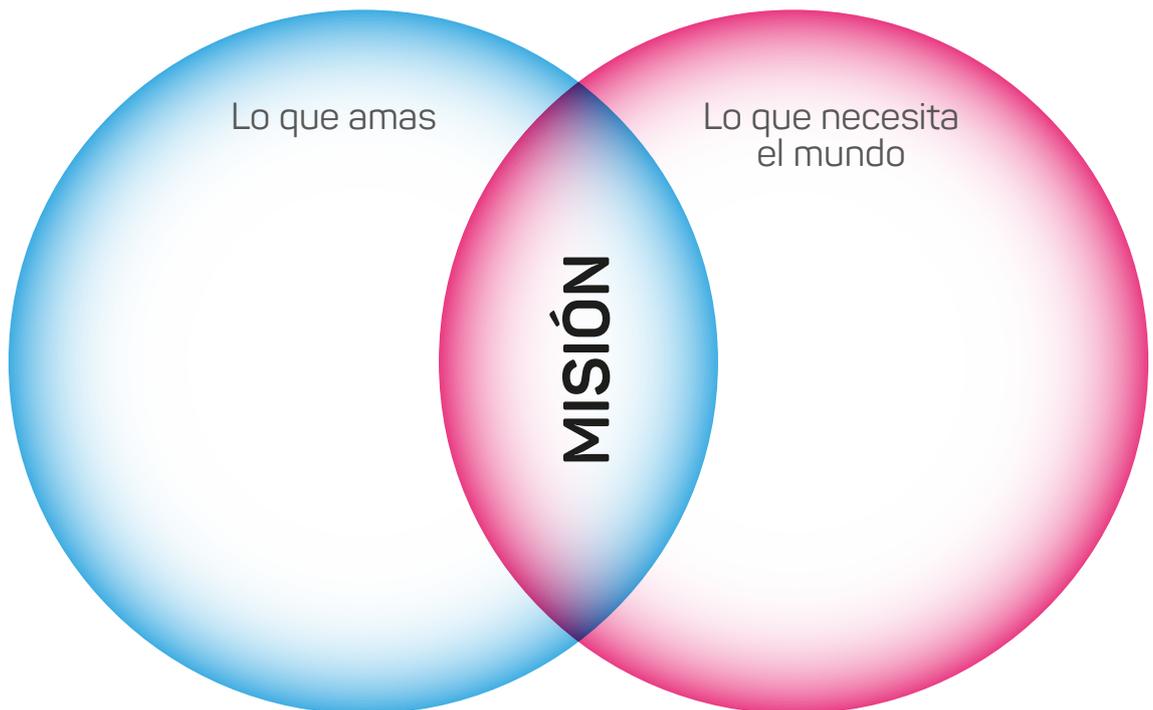
Anota tus respuestas en cada cuadro.



Identifica algo de tu vida en cada área y escríbelo.



Identifica algo de tu vida en cada área y escríbelo.



## Segunda Etapa

Acceder a una información correcta es muy importante en esta etapa, ya que nos permitirá contrastar todas nuestras fantasías, expectativas y la información que poseemos con la realidad concreta.

Muchas veces poseemos información errónea o parcial de lo que implica una carrera, su salida laboral o campo de acción, por eso la información es la mejor manera de despejar dudas.

Además, permitirnos conocer diferentes carreras nos posibilita ampliar nuestra mirada, descubrir carreras que no conocíamos y que están vinculadas a nuestros intereses, diferentes tipos de formaciones o modalidades, entre muchísimos otros datos que nos pueden ser útil en este proceso.

### **Te sugerimos:**

Explorá las posibles ocupaciones o carreras relacionadas con tus intereses dentro de la variedad existente.

Identificá el modo de aprender una ocupación u oficio.

Si elegís seguir estudiando una carrera, primero analizá el quehacer profesional de esa/s carrera/s. Cada una de ellas permite una

amplia variedad de actividades y posibilidades de trabajo, algunas muy diferentes de otras. Este aspecto te ayudará a verte en esas actividades y roles y pensarte en esa posibilidad profesional.

Luego, buscá y encontrá el/los lugar/es donde se estudia/n y analizá el plan de estudios, los años de duración, las condiciones para el ingreso, el tiempo requerido para su estudio, las materias principales, etc. Si bien esto es importante, no debe ser lo determinante ya que te recomendamos que lo que elijas esté más asociado a lo que te gusta y tus aptitudes.

Conocé las actividades y perspectivas de trabajo mediante el contacto con personas que se desempeñan en la profesión u oficio que priorizaste. Una herramienta muy útil en este momento, es buscar algún/a profesional de la/s carreras posibles y realizarle una entrevista, a fin de obtener información acerca de su experiencia con la carrera, cómo fue su plan de estudios, qué materias son las principales, cómo fue la salida al campo laboral una vez recibido/a, qué le gusta de su trabajo, qué no le gusta, y toda la información que nos pueda aportar y que nos parezca relevante.

## **No te apures, respeta tu tiempo**

El proceso de elección de una carrera, oficio o ámbito de trabajo es muy personal y cada uno/a de nosotros/as lo hará a su tiempo y de manera particular. Es que somos seres únicos e irrepetibles por lo tanto nuestras elecciones también lo serán. Hay quienes en esta instancia ya se sienten seguros sobre su elección y hay quienes recién empiezan a andar el camino, todo proceso es válido y respetable.

¿Y si empiezo algo y después no me gusta? Esta pregunta siempre surge en los procesos de orientación vocacional. ¡No tengas miedo a equivocarte!

Lo que elijas desde tu propio deseo estará bien. Si no te gusta se puede empezar de nuevo, con la ventaja de que recorriste un poco más este maravilloso camino del autoconocimiento.

Es importante que te observes y escuches lo que sentís en este momento. Permitirse el tiempo necesario para poder elaborar un proyecto de vida es muy necesario y precisa del acompañamiento de otros/as. Por eso es importante poder comunicar a tu familia y/o amigos aquellos aspectos significativos de lo que te encontrás procesando.

Si pensar en elegir te angustia o te sentís paralizado es muy importante pedir ayuda, hablar con tus padres y/o personas significativas y buscar ayuda de un profesional que te acompañe en este proceso.

Por último, hagas lo que hagas, elijas lo que elijas, recordá que lo importante es que te haga feliz.

Si considerás que ya tenés algunas opciones posibles de lo que quisieras hacer, te dejamos a continuación un ejemplo de cuadro resumen para que puedas sintetizarlas en él.



## Para Finalizar

Para terminar te dejamos a continuación algunos videos que pueden servirte en este procesos:



¿Cómo encontrar tu vocación?

[▶ https://www.youtube.com/watch?v=IOyGolovLNg&t=157s](https://www.youtube.com/watch?v=IOyGolovLNg&t=157s)



TEDx: "Aprender a Elegir" por Liliana Llamas

[▶ https://www.youtube.com/watch?v=bfp3vN2B5zo](https://www.youtube.com/watch?v=bfp3vN2B5zo)