

Interactivo

VOCACIONAL



CONTENIDO

03 INTRODUCCIÓN: ¿QUÉ ES ORIENTACIÓN VOCACIONAL?

04 FANTASEANDO CON MI FUTURO DE 7 A 9 AÑOS

10 SOÑANDO DE 10 A 12 AÑOS:

- 11 Soñando-me
- 14 Soñando en donde estaré
- 15 Soñando en lo que seré

17 EXPLORANDO DE 13 A 15 AÑOS:

- 18 Explorando-me
- 19 Explorando mis habilidades educativas y actividades mi tiempo libre
- 20 Explorando mis sueños
- 21 Explorando opciones

24 CONECTANDO DE 16 A 18 AÑOS:

- 24 Conectándome con mi interior
- 26 Conectándome con mi exterior
- 29 Conectando con mis decisiones
- 31 Conectando con el futuro

37 DEFINIENDO DE 19 AÑOS O MAS:

- 38 Definiéndome
- 39 Definiendo mis opciones
- 41 Definiendo mis decisiones
- 42 Buscando mi empleo

44 Referencias

46 Créditos

¿Qué es Orientación Vocacional?

Les presentamos el Interactivo de Orientación Vocacional, que tiene el propósito de contribuir en tu desarrollo vocacional... Encontrarás que está organizado con actividades por la edad, así que revisa al detalle el contenido y las actividades que proponemos.

Es necesario mencionar que la Orientación vocacional es muy importante porque estamos hablando de planear la vida, proyectándonos del presente hacia el futuro, eso involucra manejar conceptos, ansiedad, principio de realidad, incertidumbre, riesgos, fantasías, todos ellos elementos que se toman en consideración para las elecciones vocacionales y proyectos de vida de cada persona.

En Costa Rica, un fin de la educación que es lograr que el estudiantado desarrolle las habilidades y aptitudes que le permitan encaminarse hacia algún campo de actividades vocacionales o profesionales, ya que la Orientación vocacional es un factor de la calidad de la educación, y que se puede decir que es un proceso de “Orientación para la vida” (MEP, 2017).

Además, queremos recordar que “El Servicio de Orientación se dirige al desarrollo integral de la persona con énfasis en la dimensión socio-afectiva, vocacional y educativa, que favorece la construcción paulatina del sentido, estilo y proyectos de vida a lo largo del proceso formativo

para el logro de una inserción productiva, autorrealizada y responsable en el medio escolar, familiar y socio-laboral” (MEP, 2017, pp13)

La Orientación Vocacional es un proceso a lo largo de la vida, en el que puede acompañarte una persona profesional en Orientación, ayudar a que elabores un adecuado concepto de sí mismo, a descubrir sus habilidades e intereses y a darse cuenta de otros factores que giran en torno a la elección de carrera, tales como mercado laboral, el contexto y la familia. No es un hecho aislado, es una decisión con un propósito que requiere etapas. El producto final de esas etapas es una decisión que incide en los estilos y proyectos de vida a futuro. La orientación vocacional consiste en la mediación orientadora para la toma de decisiones, referida a alternativas educativas y ocupacionales, como precedentes de los itinerarios de carrera. (Pereira, 2012, p. 139)

La exploración del contenido de este interactivo favorecerá el autoconocimiento, conocimiento del medio y toma de decisiones vocacionales, contribuyendo a la planificación de la vida.



FANTASEANDO CON MI FUTURO / 7-9 AÑOS

¡Sí tienes entre 7 y 9 años, esta información es para ti!



¡Hola!, hoy vamos a hablar sobre tu futuro...sí pronto crecerás, bueno todavía faltan años, ipero desde ya es hora de soñar! ...y la pregunta que tengo para tí es: ¿Qué quieres ser cuando seas grande?, ¿has pensado en eso alguna vez?, pues bueno, antes de contarle a alguien de tu casa o de tu escuela, primero observa detenidamente esta lista de profesiones que están a continuación y piensa cuáles te gustan más:



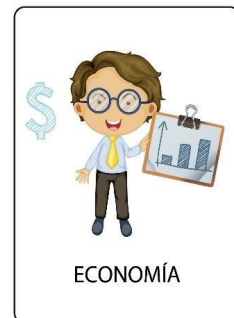
ABOGACÍA



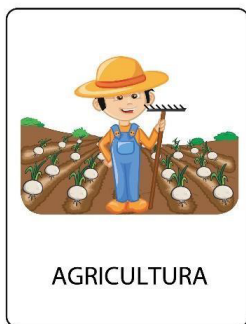
ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS



DISEÑO GRÁFICO



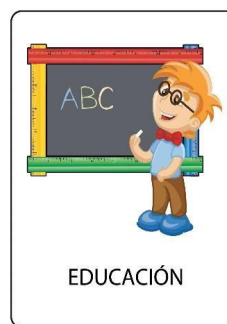
ECONOMÍA



AGRICULTURA



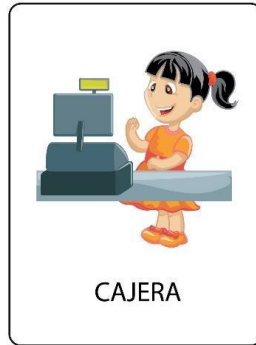
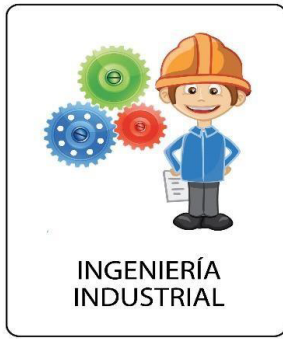
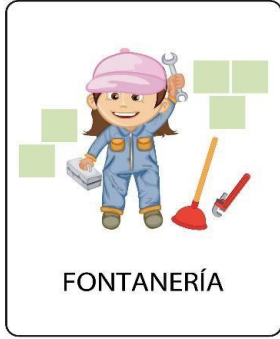
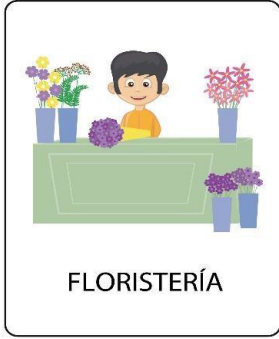
ALBAÑILERÍA

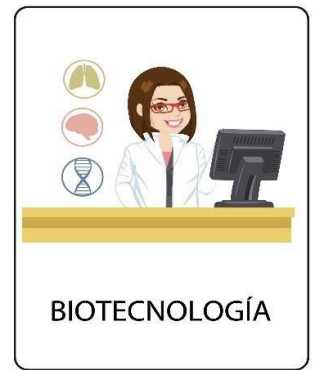
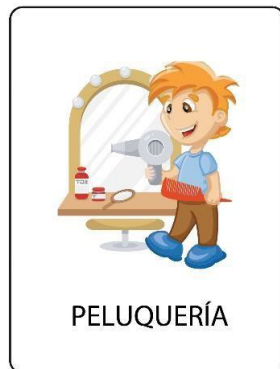
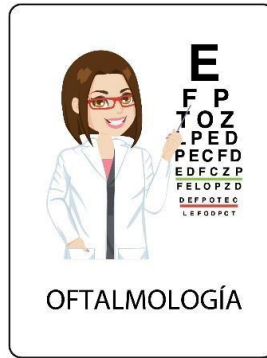
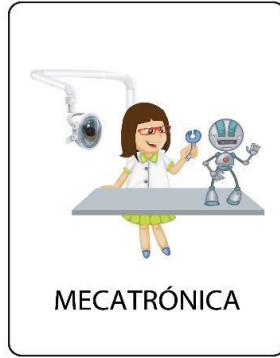
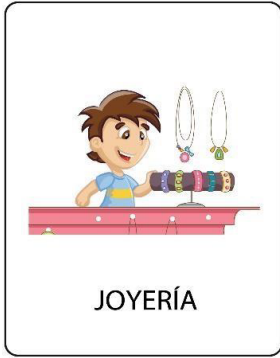


EDUCACIÓN



EJECUTIVO DE SERVICIO







¡Ya los viste!, y ahora sí, cuéntale a alguien de tú casa o escuela cual te gusto más y por qué, también tengo otra pregunta para ti: ¿cómo ayudarías a las demás personas con ese trabajo? toma tu tiempo para pensar... ¿Y a tu comunidad? y ¿a tu escuela?, puedes escribirlo o contárselo a alguien.

Ahora vamos a hacer unas preguntas sobre las profesiones, a ver cuánto sabes de las de ellas:



¿Qué hace una persona **dentista**?



¿Qué hace una persona **cocinera**?



¿Qué hace una persona **arquitecta**?



¿Qué hace una persona **música**?



¿Qué hace una persona **científica**?



¿Qué hace una persona **veterinaria**?

■ Las contéstate todas? ...Si no pudiste contestar todas las preguntas, es hora de investigar y preguntar en casa o en la escuela. Recuerda que cada profesión y trabajo es muy importante y valioso, todas las personas dan un granito de arena al mundo y hacemos un planeta mejor, piensa en el trabajo de alguna persona importante en tu vida, por ejemplo, tu papá, mamá, tías, tíos... ellos ayudan con su trabajo a la comunidad, por ejemplo cuando hacen la comida y la disfrutas, están ayudando a nutrirte o cuando te llevan a la escuela para

que aprendas, una persona que recoge la basura permite que tengamos un lugar más limpio y que, una persona enfermera nos ayuda a las personas se sientan mejor, piensan en tu futuro.

Todas las profesiones y trabajos son muy importantes para el mundo. Tú también eres muy importante para tu familia, docentes, compañeros y compañeras para tu escuela, un día podrás trabajar en lo que sueñas, ese trabajo será valioso para el planeta y podrás ayudar a otros.

Te invito a ver este video, y aprenderte esta linda canción:



da click aquí y canta...

Canción: Los Oficios

Autor: Toobys

Letra:

Cada uno aporta su granito de arena
Entre todos hacemos un mundo mejor
El doctor, nos cura cuando
nos sentimos mal.

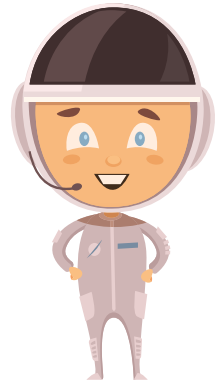
El Pintor, nos llena de colores para mirar
Cada uno aporta su granito de arena
Entre todos hacemos un mundo mejor
La maestra nos enseña a pensar y a jugar.

El chofer de autobús, nos lleva a
cualquier lugar.

Cada uno aporta su granito de arena
Entre todos hacemos un mundo mejor
El bombero, con valentía el incendio
va apagar.

El astronauta, el universo va a explorar
Cada uno aporta su granito de arena
Entre todos hacemos un mundo mejor.

¡Viste que pegajosa esa canción!, espero te guste y te la aprendas...!



Vocación:

Muchas personas en el mundo, al llegar a la edad adulta les cuesta decidir sobre su trabajo y entonces, terminan aburriéndose al no realizar un trabajo que les guste, por eso es tan importante ir observando cada trabajo y profesión, para descubrir lo que quieres ser de mayor... te invito a poner atención a la siguiente canción, que nos habla de la vocación, y bueno, si no sabés que es una vocación te cuento así rapidísimo... la vocación es un deseo de trabajar o hacer alguna labor que nace de lo profundo del corazón. Aquí te dejo otra canción que nos habla de la vocación y del amor que ponen las personas al realizar su trabajo. Y recuerda... todos los trabajos son igualmente importantes, cada uno suma para tener un mundo mejor!

Te invito a ver este video, y aprenderte esta linda canción:



da click aquí y sigue cantando...

Canción: ¿Y tú, qué quieres ser de mayor?

Autor: Pinturilla y la Pandilla Vainilla

Letra:

¿Y tú?, ¿qué quieres ser de mayor?

¿Y tú?, ¿qué quieres ser de mayor?

Un cocinero, un profesor, un zapatero
remendón, un cartero, un cirujano,

Un piloto de aeroplano, un panadero, un
vendedor o quizás un gran pintor

Seas lo que seas, elige por vocación...

Yo tuve un primo licenciado, que ejerció
como abogado en un bufete de la capital,
al poco tiempo se aburrió, porque
siempre deseó llegar a ser un importante
escritor Yo conocí a una maestra, alta
guapa y muy apuesta que soñaba con
hacerse a la mar, dijo adiós a su escuela
y se hizo marinera, surcando mares sin
parar.

¿Y tú?, ¿qué quieres ser de mayor?

¿Y tú?, ¿qué quieres ser de mayor?

Un sastre, un ingeniero, un astronauta,
un fontanero, un policía, un carnicero, un
agricultor, un dentista, un ebanista o quizás
o escultor.

Seas lo que seas, elige con corazón...

Yo conozco a un barbero, que quería ser
bombero.

Yo conozco un vigilante que quería ser
cantante Convirtiendo su pasión, en su
profesión y su sueño inalcanzable se
cumplió.

¿Y tú?, ¿qué quieres ser de mayor?

¿Y tú?, ¿qué quieres ser de mayor?

SOÑANDO DE 10-12 AÑOS

¡Sí tienes entre 10 y 12 años, esta información es para ti!



Te damos la bienvenida a la etapa soñando, donde todas sus aspiraciones pueden tomar vida gracias a un plan que puedas realizar junto con tu familia y seres queridos.

Durante este recorrido te detendrás a pensar en lo que eres y a dónde quieres llegar con tus sueños y metas. Tomando en cuenta tus habilidades y experiencias, además de conocer mejor a tus amistades y poder compartir sus gustos y preferencias. En esta etapa te corresponde tomar decisiones muy importantes para lo cual debes conocer todas las opciones y buscar ayuda de algún adulto, pueden ser tus encargados, docentes o persona profesional en en Orientación.

¡¡Adelante!! Estas muy cerca de lograrlo!!

Soñando-me:

¿Quién soy? ¿Alguna vez te lo has preguntado? La persona que eres está compuesta por un conjunto de elementos personales, emocionales y físicos que solo vos puedes conocer, además de todas aquellas experiencias vividas buenas y no tan buenas, para conocerte mejor es importante que algunas personas que estén a tu alrededor te ayuden, pero al final el que debe conocerte mejor eres tú. Completa las siguientes frases y busca ayuda de tus compas si lo deseas:

Tus características físicas	Tus Aplicaciones favoritas
Tus características personales	Tu comida favorita
Tus pasatiempos	Lo que te hace reír
Tus series favoritas	Lo que te pone triste
Tus canciones favoritas	Lo que te da vergüenza
Tus quehaceres favoritos en el hogar	Lo que te hace enojar

Responder estas preguntas con tu grupo de compas te permite fortalecer tu autoestima tu autovaloración y tu autoconfianza para que no te cueste tomar decisiones en el futuro. Durante el proceso de conocerte mejor y conocer tus gustos y preferencias puedes visualizar que la vida se asemeja a un viaje en tren con sus estaciones y cambios de vía, algunos de forma repentina con sorpresas agradables, en algunos casos con profundas tristezas.



Busquemos a alguien de la familia para leer la siguiente reflexión:



EL TREN DE LA VIDA

Al nacer, nos subimos al tren y nos encontramos con personas que creemos que siempre viajarán a nuestro lado. Pero en alguna estación ellos se bajarán dejándonos seguir el viaje, de pronto nos encontraremos sin su compañía y su amor irremplazable...

No obstante, muchas otras personas que nos serán muy especiales y significativas, se irán subiendo al tren de nuestra vida, nuestros hermanos, amigos y en algún momento, el amor de nuestra vida...

Algunos tomarán el tren, para realizar un simple paseo. Otros durante su viaje pasarán por momentos de oscuridad y tristeza.

Y siempre encontraremos quienes estén dispuestos ayudar a los más necesitados.

Muchos al bajar, dejan un vacío permanente. Otros pasan tan desapercibidos que ni siquiera nos damos cuenta que desocuparon sus asientos...

Es curioso ver como algunos pasajeros, aún los seres queridos, se acomodan en coches distintos al nuestro. Durante todo el trayecto están separados, sin que exista ninguna comunicación.

Pero en realidad, nada nos impide que nos acerquemos a ellos si existe buena voluntad de nuestra parte. De lo contrario, puede ser tarde y encontraremos a otra persona en su lugar.

El viaje continúa, lleno de desafíos, sueños, fantasías, alegrías, tristezas, esperas y despedidas...

Tratemos de tener una buena relación con todos los pasajeros, buscando en cada uno, lo mejor que tengan para ofrecer. En algún momento del trayecto, ellos podrán titubear y probablemente precisaremos entenderlos, pero recordemos que nosotros también, muchas veces, titubeamos y

necesitamos a alguien que nos comprenda. El gran misterio para todos, es que no sabremos jamás en qué estación nos toca bajar. Como tampoco dónde bajarán nuestros compañeros de viaje, ni siquiera el que está sentado a nuestro lado.



A veces pienso en el momento en el que me toque bajar del tren. ¿Sentiré nostalgia, temor, alegría, angustia...? Separarme de los amigos que hice en el viaje, será doloroso y dejar que mis hijos sigan solos, será muy triste. Pero me aferro a la esperanza de que

en algún momento, tendré la gran emoción de verlos llegar a la estación principal con un equipaje que no tenían cuando iniciaron su viaje.

Lo que me hará feliz, será pensar que colaboré para que ellos crecieran y permanecieran en este tren hasta la estación final.

Hagamos que nuestro viaje en este tren tenga significado, que haya valido la pena.

Vivamos de manera que cuando llegue el momento de desembarcar, nuestro asiento vacío, deje lindos recuerdos a los que continúan viajando en el Tren de la Vida.

Feliz viaje...

(Adaptación de autor desconocido)

Después de leer esta reflexión puedes preguntarte ¿qué cosas llevarás en ese viaje que estás a punto de emprender y que se llama “Cole”? realiza una lista de elementos personales que no te deben faltar para incorporarte de forma exitosa.

Por otro lado, ¿qué aspectos debes dejar guardado en un baúl de los recuerdos, cuáles elementos personales no debes llevar a este viaje? y guardarlo como un tesoro que te sirvió en la niñez, pero ahora no la necesitarás en tu etapa de la adolescencia. Cuando lo realices ya estarás listo para soñar en tu futuro.



Soñando donde estaré:

Con este ejercicio ya puedes iniciar el nuevo viaje, pero para esto debes saber dónde quieres ir, por eso es importante detenerse a pensar que opciones educativas están a tu alrededor, Por ejemplo, los liceos académicos, liceos rurales, Colegios Técnicos Profesionales, III ciclo diversificada Vocacional, entre otros, cada uno de ellos tienen sus características propias. A continuación realizarás un cuadro comparativo de las ventajas y desventajas de cada una de las opciones educativas que estén cercanas a tu casa.

En el siguiente sitio Web encontrarás un mapa con todos los colegios del país, identifica tu lugar de residencia y trata de ubicar los coles cercanos.



Da click aquí para abrir el link

Primero:

Buscarás el nombre de cada uno de los coles que estén cerca, busca ayuda con tu profe o con tu familia.

Segundo:

Indica a cuantos kilómetros están esos coles de tu casa y si es fácil trasladarte hacia ellos.

Tercero:

Investiga ¿cuántas y cuáles materias llevan en ese cole y la jornada de horario de las clases?.

Cuarto:

Pregunta en los coles que más te interesa ¿cuáles servicios ofrece, becas de comedor o transporte, soda, fotocopiado, orientación, Grupos artísticos, grupos científicos, bandas estudiantiles grupos deportivos, entre otros?.

Quinto:

Averigua cuales son los requisitos para ingresar, fechas de prematricula, teléfonos para hacer algunas otras preguntas.

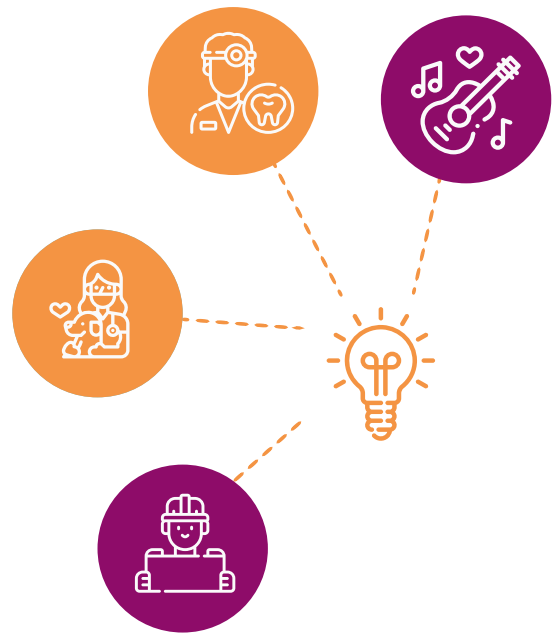
Soñando en lo que seré:

Ahora después de conocer tus opciones educativas en el futuro más próximo, que es la entrada al cole, se vale pensar en lo que deseas ser más allá del cole, piensa en lo que siempre has soñado ser a tus 22 o 25 años, puedes responder las siguientes preguntas:

- ¿En qué te gustaría trabajar cuando seas grande?
- ¿Las actividades que realizas en tu tiempo libre te guían a ese sueño?
- ¿Las actividades que realizas en tu escuela te llevan a conocer un poco de ese sueño?
- ¿Cómo puedo cumplirlo?

En esta etapa en la que estás puedes sentir confusión y estrés, producto de los cambios que vienen, tómallo con tranquilidad y esperanza, viví un día a la vez, ya que cada experiencia nos llena de enseñanzas.

Es por esto que te compartimos la siguiente canción que te motiva en esta etapa tan importante:



Canción: Letra Canción “Algo bueno va pasar”

Autor: Autor: club 57



da click aquí y canta...

Letra:

Si el día no va cómo esperas
Algo bueno va a pasar
Si dejas que te sorprenda
Algo bueno va a pasar

A veces tiene miedo, yo sé
Y quieres rendirte otra vez
Pero si se cierran las puertas
Algo bueno va a pasar

Tienes la fuerza, tienes la llave
Solo hace falta entrar
Échale ganas
Que no se apague tu felicidad

Está bien, no está mal
Amarte tal y cómo eres
No está mal, está bien
Ser lo que tú quieres ser

No hay que esconderse
Ni disfrazarse
Hay que pasarla bien
Que lo que importa
Que lo que vale
Es que te sientas bien

No hay razón para preocuparse
Una, una y otra vez
La vida está por delante
Que no hay tiempo que perder

Tienes la fuerza, tienes la llave
Solo hace falta entrar
Échale ganas
Que no se apague tu felicidad

Está bien, no está mal
Amarte tal y cómo eres
No está mal, está bien
Ser lo que tú quieres ser

No hay que esconderse
Ni disfrazarse
Hay que pasarla bien
Que lo que importa
Que lo que vale
Es que te sientas bien

Está bien, no está mal
Amarte tal y cómo eres
No está mal, está bien
Ser lo que tú quieres ser

No hay que esconderse
Ni disfrazarse
Hay que pasarla bien
Que lo que importa
Que lo que vale
Es que te sientas bien

Está bien, no está mal
Amarte tal y cómo eres
No está mal, está bien
Ser lo que tú quieres ser

No hay que esconderse
Ni disfrazarse
Hay que pasarla bien
Que lo que importa
Que lo que vale
Es que te sientas bien

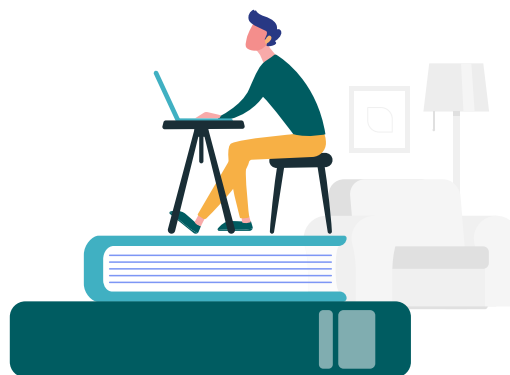
EXPLORANDO DE 13-15 AÑOS

¡Sí tienes entre 13 y 15 años, esta información es para ti!



Ahora que ya estás en el cole, tienes un nuevo ambiente que te rodea, nuevos profes, nuevas amistades y nuevas experiencias, es importante que tomes un espacio para conocer en la etapa en la que te encuentras, saber **¿quién eres? y ¿quién quieres ser?**

Es frecuente hacerte estas y muchas más preguntas sobre tu vida, tus características físicas y emocionales, pero no te preocupes porque muchos jóvenes de tu edad están pasando por la misma situación, a partir de este momento podrás realizar un análisis crítico y una buena valoración de tu personalidad, habilidades y potencialidades, intereses, valores y emociones, este te permitirá determinar que tus expectativas, aspiraciones, posibilidades puedan relacionarse con las profesiones u ocupaciones hacia las cuales te orientarás y mostrarás interés o capacidad para ejercerlas, tomando las decisiones correctas para construir un proyecto de vida coherente. Conocer a ti mismo te permitirán tomar mejores decisiones de forma más responsable y autónoma.



Explorando-me:

¿Te has dado cuenta que es más fácil reconocer las características del otro que de sí mismo?

Puedes realizar este ejercicio con tus amistades más cercanas o con tu familia, pídeles que te digan para lo que eres bueno, que características personales reconocen en ti, tus capacidades físicas y emocionales para luego realizar una comparación con lo que piensas de ti mismo, esto permitirá reafirmar tu autoestima y fortalecer tus capacidades y habilidades.

En este link puedes encontrar más información y un ejercicio que te ayudará en el proceso:



Da click aquí para abrir el link

Por otro lado , puedes detenerte a pensar en todos los momentos importantes en tu vida, con esto descubrirás información fundamental sobre tus valores y gustos, por ejemplo:

- Tu momento más alegre
- Tu momento más triste
- Tu momento más aburrido
- Tu momento más emocionante
- Tu momento más interesante
- El momento que me dejó un aprendizaje
- El momento donde sentí más nervios
- El momento que sentí más vergüenza

Todos estos momentos forman parte de la persona que eres y serás en el futuro, cada instante vivido aportaron algo para el desarrollo de tu personalidad y aportarán elementos importantes de las elecciones que realices en tu vida.

Explorando mis habilidades educativas y actividades mi tiempo libre:

A lo largo de tu vida escolar conociste diferentes materias escolares y ahora colegiales, español, matemáticas, estudio sociales, ciencias, inglés, música, religión, educación física, entre muchas otras, algunas fueron muy fáciles de aprobar, algunas muy difíciles, puede que alguna te guste mucho, otras no te gustarán tanto y a pesar de eso en algunas no te desempeñas tan mal.



Te has preguntado ¿por qué tantas materias?, eso tiene una explicación, el conocimiento previo a todas esas materias escolares te permitieron conocer tu desempeño académico, esos gustos y preferencias a lo largo de tu vida escolar te permitieron explorar cada una de las áreas en las que podrás desempeñarte en el futuro, por eso es de suma importancia reconocer ¿cuáles fueron esas materias escolares en las que te desempeñaste mejor y en cuales no tanto?, así que realiza una lista de las materias escolares y anota al lado de cada una : “me gusta”, “me es indiferente”, “no me gusta”, al finalizar puedes realizar un análisis respondiendo:

- ¿ qué hace que te guste o disguste?
- ¿Las materias que te gustan se asemejan ente sí?
- ¿Las materias que te gustan se relacionan con alguna profesión u oficio?

Al realizar este ejercicio lograrás identificar tu eficacia en algunas ramas académicas y te permitirá relacionarlo con tus futuras elecciones vocacionales.

Explorando mis sueños: metas y plan de vida:

Sabías que nuestros sueños tienen gran poder para nuestras vidas, los sueños nos permiten priorizar nuestras metas a alcanzar, nos brinda dirección, aumenta nuestro potencial y básicamente predice nuestro futuro, León y Rodríguez en el 2008 nos dicen que el proyecto de vida consiste en planear organizadamente para no vivir sin rumbo, todo ser humano debe realizar un plan de vida de manera segura con el fin de obtener éxito y realizaciones a nivel personal, familiar, laboral y en general a nivel social.

¿Podemos detenernos a pensar en nuestros sueños y visualizarnos aproximadamente en 10 años?, ¿puedes ubicar los años que tendrás, el lugar donde estarás?, ¿quién te acompañará, la ropa que usarás, que estudios tuviste? ¿Qué oficios has experimentado?

Cuando tengas todas esas respuestas intenta imaginar a una persona de la actualidad que cuente con esas características, puede que ya la conozcas, si es así, podrás realizarle una entrevista personalizada donde indagues como llegó hasta donde está ahora,

- ¿Cuál es su profesión u Oficio?
- ¿Cómo se preparó para tener esta profesión u oficio?
- ¿Usualmente cuáles son las actividades que le corresponden hacer en tu lugar de trabajo?
- ¿Cómo consiguió trabajar en este lugar?
- ¿Qué le ayudó a decidirse escoger esta profesión u oficio?
- ¿Qué sentimientos surgieron antes de escoger la profesión u oficio?
- ¿Realizó otros oficios o trabajos antes del actual? ¿Cuáles?
- ¿Qué es lo que más le agrada del trabajo y que es lo que menos le agrada?
- ¿Qué recomendación te darías antes de escoger tu profesión u oficio?

Admirar a alguien es un gesto muy positivo en las personas, esto permite aprender y mejorar actitudes de sí mismo sin olvidar tu esencia, te facilita ver un ejemplo del futuro de lo que puedes lograr y a lo que te puedes enfrentar en el futuro, identificar a todas las personas que admiras te brinda seguridad en el camino que deseas recorrer en tu proyecto de vida.

Explorando opciones:

¿Sabías que en la etapa que te encuentras puedes encontrar opciones educativas además del cole dónde estás? ¿sabías que puedes escoger una especialidad técnica, científica o humanística? ¡Pues sí!! Durante noveno año existe la posibilidad de escoger una especialidad técnica junto con tu título de bachillerato, esos son los colegios técnicos profesionales que existen a lo largo del país, cuentan con una serie de especialidades técnicas que te preparan para enfrentarte al mercado laboral, tienen características diferentes a los colegios académicos por ejemplo que se cursa un año más, el horario de clases es más extenso y las materias que llevan son más y realizas una práctica en alguna empresa en undécimo y duodécimo año.



Si deseas conocer la lista de **centros educativos con educación Técnica profesional** puedes acceder a este [link: http://detce.mep.go.cr/acerca/servicios-educativos](http://detce.mep.go.cr/acerca/servicios-educativos), así mismo dentro de las carreras técnicas que existen en el país puedes encontrar la oferta del **Instituto Nacional de Aprendizaje (INA)** <https://www.ina.ac.cr/> que promueve y desarrolla capacitación y formación profesional en las personas que desean incorporarse un poco más rápido al sector productivo o laboral, algunas carreras que se ofrecen solo necesitan haber cursado noveno año, algunas otras requieren el bachillerato además te ofrecen la posibilidad de llevar cursos libres como inglés y computación junto con el cole.

Por otro lado, si te gusta la parte científica, la matemática, la biología y la química, tienes la posibilidad de ingresar al colegio científico costarricense liderado por las universidades públicas del país como la Universidad de Costa Rica, el Instituto Tecnológico de Cartago y la Universidad Estatal a distancia que promueven en los jóvenes el gusto por la investigación <https://www.sncccr.ed.cr/>

Así mismo **si tus preferencias son hacia la lectura, las artes, las letras, la filosofía y las ciencias sociales** puedes optar por los colegios humanísticos liderados por la universidad Nacional <http://www.colegiohumanistico.una.ac.cr/>

No puedes dejar de lado algunas otras opciones como por ejemplo as modalidades de estudio en horario nocturno; puede que esa posibilidad no esté en tu proyecto de vida, pero te ayude a alcanzar tus sueños puedes buscar entre los colegios nocturnos cerca de tu comunidad o el Centro Integrado de Educación de Adultos (CINDEA)



No se te debe olvidar que el mundo se encuentra en constante cambio y que se requiere del desarrollo de nuevas habilidades para enfrentar un nuevo mundo laboral como parte de las acciones que realiza el MEP promueve en las personas menores de edad tanto hombres como mujeres las carreras conocidas por sus siglas en inglés como STEAM (Ciencia, Tecnología, Artes y Matemáticas) y son un conjunto de elementos para la innovación y la transformación de retos locales y globales, es decir debemos tomar en cuenta aquellas carreras que la conforman. Estas carreras aportan elementos para la innovación y la transformación de retos locales y globales. Busca más información en:

<https://www.youtube.com/watch?v=5b2hO5PSCrY>.

De igual forma, como esta etapa de exploración es tan importante para el conocimiento de sí mismo te contamos que puedes buscar en tu comunidad grupos organizados en música, artes y deportes, eso además de mantenerte activo permitirá desarrollar más destrezas que se irán uniendo con tu elección vocacional, todas aquellas experiencias extracurriculares y pasatiempos son muy importantes para desarrollar tu talento y creatividad contribuyendo a la vez a tu éxito escolar por medio de la disciplina y el manejo del estrés.

CONECTANDO 16-19 AÑOS

Conectándome con mi interior:

¿Cómo llegue hasta aquí?

¡Ey!..., toma unos minutos para pensar ¿cómo llegaste hasta aquí? Sí, como hiciste para llegar a décimo...obra de ¿casualidad?, ¿suerte? ¿esfuerzo?, eso sólo tú lo sabes..., muchos y muchas lo intentaron sin embargo no todos están en este mismo punto en el que estás hoy, lo cual te indica que algo hiciste para llegar aquí. ¡Siente orgullo de lo logrado y de lo aprendido!, estás en una etapa de tu vida muy chiva, llena de aventuras y de exploraciones, una de esas aventuras es visualizar y permitirte soñar en tu futuro, ojalá en grande y sin miedo al éxito.



A veces el pensar en futuro nos da un toque de miedo, pero también nos motiva y permite examinar que queremos, es decir cuáles son tus anhelos, gustos, intereses, aficiones, pasatiempos. Detente a pensar otra vez... ¿qué tipo de trabajo te gustaría tener en el futuro?, esa pregunta puede parecer fácil, sin embargo, toma su tiempo, se trata de tu futuro y de tu vida, por eso te invitamos a no tomarlo a la ligera y seguir algunos pasos para tu propia exploración y descubrimiento de tus habilidades, competencias y herramientas que están dentro de ti para tomar esa decisión de la manera más informada.

¿Y Cómo inicio mi exploración?

El viaje a nuestro interior es una tarea de todas las personas y de todos los días, nunca se acaba...porque siempre estamos en cambio, no obstante hay características que nos acompañan toda la vida, algunas de esas características las denominamos habilidades, las cuales pueden desarrollarse cuando estuvimos en la niñez, otras las

estamos descubriendo y mejorándolas, muy probablemente otras las descubriremos y perfeccionemos en el futuro, así que, si sientes a veces que nada te gusta o que todo te gusta, tranquilidad que es parte del proceso, esa sensación la han tenido muchas personas que finalmente descubren y encuentran su camino vocacional y laboral.

Algunas preguntas que te pueden servir en este proceso son:

- ¿Qué es la que más me gusta de mí?
- ¿Quién quiero ser en el futuro?
- ¿Qué características ven las otras personas en mí?, sí no lo sabes podrías preguntarle a personas cercanas como tus amigos o familia.
- ¿Qué actividades hago bien y me son reconocidas por personas cercanas?
- ¿Práctico algún deporte, actividad o pasatiempo que disfruto mucho?
- ¿Hay algo en mí que me gustaría poder mejorar o cambiar?
- ¿He trabajado en algo, o he hecho algún voluntariado?
- ¿Creo que mi sexo (hombre/mujer) influye en mi futuro vocacional o personal?
- Después de pensar en mis características personales, es tiempo de observar los recursos con los que cuento, es decir mi realidad:

¿Cómo es la condición económica de mi familia?, ¿podría mi familia, asumir un costo económico de una universidad?, mi condición geográfica es decir: El lugar actualmente dónde vivo, ¿he pensado en trasladarme a otro lugar para poder estudiar o trabajar?

Recuerda que este proceso, recién inicia, y si tienes más dudas o te gustaría conocer más características de ti mismo puedes buscar a la Orientadora u Orientador de tu cole, para ayudarte a explorar tus áreas de mayor agrado y así descubrir tus habilidades.



Conectándome con mi exterior:

No olvides, ni pierdas de vista que este es un proceso, y los procesos no se dan de la noche a la mañana, si no que debes tomar el tiempo adecuado para conocerte..., reconocer tus fortalezas, áreas de mejora y atrévete a visualizarte a futuro.

¡Ahora sí! Es hora de pensar en ese trabajo o carrera que te interesa, que tenés como primera opción y has visualizado brevemente para tu vida futura.

Algunas actividades que te pueden ayudar a conectarte con el exterior son las siguientes:

Actividades sugeridas:

Haz una lista de al menos 5 carreras, trabajos u ocupaciones que te interesen, debes de poner de primero aquellas que más te gusten, y de últimas las de menos agrado.

Empieza a buscar información sobre estás carreras, trabajos u ocupaciones. Esta información la puedes encontrar en los siguientes sitios web:

- <http://infoues.conare.ac.cr/web/infoues/por-area-vocacional> (Universidades Públicas)
- <https://universidades.cr/carreras> (Universidades privadas)
- <https://www.ina.ac.cr/BusquedaCursos/SitePages/Catalogo.aspx> (catálogo de Cursos de INA) Educación técnica
- https://orienta2.mep.go.cr/main_app/encuentro2.php

¿Qué debo buscar en cada carrera?, primero ubicar el área a la que pertenece, todas las carreras están agrupadas en áreas de conocimiento, así por ejemplo la carrera de medicina y enfermería, está dentro de área de Ciencias de Salud, la Carrera de Psicología en Ciencias Sociales y así cada carrera es tu tarea ir descubriendo según tu interés en cuál área se ubica. Como segunda acción puedes observar, leer o ver información detenidamente de que se trata la carrera, planes de estudio (instructivo donde se indica la información general de cada carrera, nombre de cada materia, ciclos lectivos, entre otros datos) duración, requisitos, costos, horarios y lugares del país donde se imparte la carrera. Si no entiendes alguna palabra, es muy importante que explores a profundidad, para intentar tener toda la información.

La tercera acción sugerida es investigar sobre el mundo laboral de esas carreras, es decir consultar a personas que trabajan en esa carrera, ¿cómo se visualiza esa carrera en el futuro?, ¿hay trabajo para esa carrera?, lugares donde generalmente trabaja la gente en esa carrera y otras características que te generen interés y que quieras saber. Si no logras conversar con alguien de esa carrera, puedes buscar información en internet en los sitios web que en este interactivo te hemos sugerido. Te sugerimos en este paso ingresar a las siguientes páginas:

- <http://radiografia.conare.ac.cr/radiografia-laboral-iii-2019/infografias/>
- <http://radiografia.conare.ac.cr/radiografia-laboral-iii-2019/que-puedoestudiar/>
- <http://radiografia.conare.ac.cr/radiografia-laboral-iii-2019/comparardisciplinas/>
- <https://universidades.cr/universidades>
- <https://universidades.cr/sinaes>
- <https://www.conape.go.cr/informacion-general/preguntas-frecuentes/>
- https://www.youtube.com/watch?v=_XoQwdVjH3s&feature=emb_logo
- <http://infoues.conare.ac.cr/web/infoues/becas-y-financiamiento>

Otra de las acciones para conectarte con el entorno en materia vocacional es mediante las **Ferias o Encuentros Vocacionales** ya sea de manera virtual o presencial.

También puedes investigar sobre los estereotipos que hay alrededor de las carreras, en realidad no hay carreras para hombres o para mujeres, sin embargo, la sociedad nos ha inculcado la idea de que existen carreras tradicionalmente masculinas o femeninas. Es tiempo de romper con esos esquemas y decidir libremente. Para conocer más sobre este tema te recomendamos visitar:

- <https://videohub.inspiring-girls.com/es/videos/monica-solana-elizondo>
- <https://videohub.inspiring-girls.com/es/videos/video-entry-1-mklyl-bc53w>

¿Y los Instrumentos Vocacionales?

Muchas personas creen que la respuesta a la escogencia de una carrera o trabajo está en un test o prueba vocacional, pues iese es un gran mito!, no es cierto que un instrumento vocacional sea una “bola de cristal”, que va decir exactamente qué carrera estudiar, los instrumentos nos ayudan al reconocimiento de nuestros intereses, gustos y algunos nos pueden indicar algunas



habilidades, pero no son un predictor de futuro. La clave en esta exploración es lograr autodescubrirte y aprender a tomar decisiones informadas . Todo lo que investiguemos lo unimos finalmente.

Además, con la ayuda de una persona Profesional en Orientación podés ir pegando las piezas del rompecabezas vocacional.

Algunos instrumentos que te recomendamos y que están en línea son:

- Mi guía Vocacional, página costarricense <https://www.miguivocacional.com/login/>
- InfoUes, página costarricense <http://infoues.conare.ac.cr/instrumentovocacional>
- Página del Instituto Nacional de Aprendizaje <https://fopeh.ina.ac.cr/>
- Página de Universidades.cr <https://nabu.cr/>

¿Y la nota de presentación?

Ya sea que estés en décimo, undécimo o duodécimo, **es muy importante que tengas claridad sobre lo que significa este concepto**, las notas obtenidas en las materias durante estos años, nos van ayudar directamente con el ingreso a algunas universidades públicas o privadas, instituciones técnicas y también nos podrían servir eventualmente para una beca o ayuda económica, inclusive para estudiar en el extranjero. Recuerda que este proceso de conectar con el exterior se trata de obtener toda la información y sacarle el jugo para

tu propio beneficio, entre más información tengas mejores decisiones podrás tomar. Ahora sí, ya con toda la info de las carreras, realizaste algunos instrumentos vocacionales, indagaste sobre costos, tiempos, traslados, mundo laboral, y el estilo de vida que quieres tener en el futuro, puedes empezar a pensar en los pro y contras de cada una de las carreras investigadas, puedes entonces conversar con las personas que te apoyan, generalmente tu familia, para empezar a tener un panorama informado y claro.

Conectando con mis decisiones:

¿Y ahora qué?

Recorda que las decisiones conllevan riesgos, por lo que no todas las personas aciertan a la primera, a veces, por no tomar el tiempo para realizar adecuadamente este proceso, también porque las personas cambian con el tiempo y redescubren otras habilidades y gustos conforme a la madurez. No te podemos garantizar que las

decisiones siempre sean correctas, es decir que lo que escojas sea lo que realmente te guste, pero lo que sí podemos garantizar es que entre más información tengamos sobre una o varias opciones podrás analizar más ampliamente todo tu panorama de manera tranquila y más consiente.

Algunos pasos que podemos tomar en cuenta para una decisión vocacional y que Teresita Pereira, una orientadora costarricense resume de la siguiente manera:

Identificación de la situación sobre la cual se debe decidir, así como el planteamiento de objetivos. En el caso de decisiones vocacionales se identifican las áreas de conocimiento que más tengo interés para luego escoger las carreras de mayor interés.

Recolección de la información en el marco ya fijado en el paso anterior. El objetivo en esta línea es recopilar toda la información posible sobre cada una de las carreras.

Procesamiento de esa información, mediante la proposición de alternativas. Delimito las carreras, es decir voy dejando las que más se asemejan a mis intereses, habilidades, condiciones, economía y facilidades.

Valoración de esas alternativas y de sus posibles resultados y consecuencias. Valoro los pros y las contras de cada una de las carreras.

Concreción de la decisión. Este paso incluye la toma y la ejecución de la decisión. Finalmente puedo decidir cuál carrera deseo escoger después de lo mencionado antes, ¡Mucho ojo! Esta decisión no se refiere a la carrera que indicamos cuando hacemos por ejemplo los exámenes de admisión de algunas universidades públicas, donde hay que poner primera o segunda opción, si no que esta decisión es pensada y meditada ya cuando finalmente vamos a ejecutar la decisión.

No se puede afirmar que una persona que sigue el proceso en forma adecuada asegura su éxito. (Pereira, 2012, p.169).

No hay una fórmula mágica para la toma de decisiones.



No olvidar:

¡Hey!, Estamos en un momento histórico en donde hay muchos cambios y seguirán así, a esto se le ha llamado “Incertidumbre”, y refiere que el mundo del trabajo ha venido transformándose, cuantiosos oficios, profesiones u ocupaciones han evolucionado por asuntos tecnológicos, por lo que la visión a futuro debe contemplar que mis decisiones pueden verse afectadas por estos cambios.

Contar con habilidades generales puede ayudar en este proceso, cuando hablamos de habilidades generales nos referimos a los que otros autores han denominado habilidades blandas y habilidades duras, ahora también se le han llamado habilidades para el siglo XIX: Dichas habilidades en términos muy breves podemos decir:

- Conocimiento de un segundo o tercer idioma. Por ejemplo: inglés, portugués, mandarín, alemán u otros.
- Habilidad para resolver problemas: ver todas las posibilidades y generar soluciones.
- Habilidad para comunicarnos puntual y asertivamente: expresar ideas y mensajes con claridad y pertinencia.
- Habilidad para trabajar en equipo: llevar a cabo una tarea u objetivo en conjunto con otros, logrando acuerdos comunes a partir de los criterios o posiciones.

Hay muchas habilidades, puedes consultar con el Orientador (a), quien te puede ayudar a profundizar sobre las habilidades y como desarrollarlas o mejorarlas.

Conectando con el futuro:

Algunas de las carreras del futuro:



Investigaciones en el tema han encontrado que muchas profesiones, oficios y trabajos se transformarán, como te contamos antes, por asuntos tecnológicos y avances en todas las áreas del conocimiento, aquí te

dejamos ejemplos de profesiones nuevas y su respectiva relación con las carreras actuales. Esta información se recopiló de la Fundación Bertelsmann- Singularity-Experts, 2020.

Diseñador (a) Visual de Realidad Virtual para Experiencias de Compra

Se prevé que la Realidad Virtual alcance los 41 mil millones de dólares en 2024, con una tasa de crecimiento anual cercana al 90%. La Realidad Virtual consiste en la creación de experiencias interactivas generadas por ordenadores, que representan un ambiente simulado, principalmente representando información visual y auditiva. Las experiencias que se le presentan al usuario pueden estar basadas tanto en la ficción como en la representación de situaciones reales.

El Diseñador Visual de Realidad Virtual para Experiencias de Compra es el profesional encargado de realizar el diseño de cada uno de los elementos con los que el usuario interactuará durante su experiencia. Deberá ser experto en el tipo de herramientas que se utilizan para el diseño en entornos virtuales, para poder diseñar todos los productos que hay que representar para la experiencia. Necesitará un gran conocimiento del sector en el que se desenvuelve la empresa aunque no será necesario que sea experto en la tecnología, sino tan solo como instrumento de acceso a los productos.

Algunos ejemplos del uso de Realidad Virtual en la experiencia de compra son algunas agencias de viajes, que ofrecen vídeos y recorridos virtuales sobre sus destinos turísticos.

En el caso del sector automovilístico, se ofrece una vista de 360 grados de los automóviles y una especie de “prueba virtual” de los mismos. Dentro del sector retail, Mango y Vodafone están trabajando de forma conjunta para integrar probadores inteligentes en todas las tiendas, capaces de proyectar sobre el reflejo de la persona diferentes prendas de ropa o complementos. De esta forma el cliente puede visualizar de forma virtual las prendas, sin necesidad de recorrer la tienda, así como probarse diferentes prendas en diversos colores y tallas sin la necesidad de cambiarse de ropa. (Información tomada de Singularity-Experts 2020/www.myweypass.com).

Ruta para poder lograrlo:

Bachillerato en contenidos digitales

Animación Digital

Diseño Grafico

Informática y tecnología multimedia

Inteligencia Artificial en los negocios

Ingeniería en Software

Gestora (or) de Proyectos de Neuromarketing

Se conoce por Neuroimaging al uso de varias técnicas consistentes en la toma de imágenes de la estructura o funcionamiento de nuestro sistema nervioso. Por lo tanto no se trata de una única tecnología, sino que es un concepto que engloba diferentes métodos y técnicas. Algunas de estas técnicas se vienen utilizando desde hace bastantes años, como por ejemplo las resonancias magnéticas o el TAC.

Sin embargo, debido al constante desarrollo de la tecnología, las distintas técnicas y los instrumentos con los que se aplican las mismas han evolucionado hasta el punto en que pueden ser utilizadas en distintos ámbitos, más allá del de la medicina y el de las neurociencias. Aplicado al marketing, estas técnicas se utilizan para comprender el comportamiento de los consumidores con fines publicitarios.

Algunas de las técnicas más utilizadas son el eye-tracking (o seguimiento de ojos) que es la técnica que evalúa el punto donde se fija la mirada o el movimiento del ojo) o los

electroencefalogramas, que permiten conocer las respuestas emocionales de los consumidores ante diferentes estímulos y optimizar las campañas de marketing según estas reacciones.

El Gestor de Proyectos de Neuromarketing es el profesional encargado de coordinar los distintos planes y líneas de trabajo dentro de la empresa, así como el uso de las tecnologías, en relación con los proyectos de neuromarketing. Será una figura orientada al cumplimiento de las metas, teniendo en cuenta los objetivos específicos de cada proyecto y departamento, alineando estos con los propósitos generales de la empresa. Debe entender las tecnologías que participan en los proyectos, pero sin ser un experto en ellas. Necesita tener un conocimiento formal que le permita organizar el uso de las tecnologías de la forma más eficiente posible. Además deberá tener conocimientos de marketing y de las herramientas necesarias para llevar a cabo de forma eficiente proyectos en el área de neuromarketing.



El cerebro humano es uno de los órganos sobre los que menos conocimiento tenemos, y es por ello por lo que se están realizando grandes inversiones en el desarrollo de esta tecnología. Según un informe de Value Market Research, el sector del neuromarketing alcanzará en 2025 los 770 mil millones de dólares con un crecimiento anual por encima del 12%. La consultora Hamilton Intelligence ya emplea electroencefalogramas y gafas de eye-tracking para analizar y predecir decisiones irracionales de los consumidores a la hora de comprar un producto. Para que el uso del neuromarketing se implemente de manera óptima en las compañías, será necesario que cuenten con gestores de proyecto capaces de liderar de forma eficiente. (Información tomada de Singularity-Experts 2020/www.myweypass.com).

Ruta propuesta para lograrlo:

Gestión de proyectos

Grado en marketing

Máster en neuromarketing

Ingeniero(a) de Software para Ciberseguridad

La demanda de empleo en ciberseguridad aumentará hasta los 6 millones de puestos en todo el mundo, estimándose que solo en Europa se crearán 350.000 empleos para 2022.

La ciberseguridad es la protección de los sistemas informáticos contra el robo o daño de su hardware, software o datos electrónicos. Esta se ha convertido en una de las mayores líneas de defensa de las compañías actuales. Con la proliferación de los documentos en la nube, proteger estos datos sensibles y de valor es una de las principales preocupaciones de las compañías, independientemente del sector al que se dediquen.

Incluso los estados han desarrollado departamentos de ciberseguridad dentro de los Ministerios de Defensa, para así poder prevenir posibles ataques terroristas de forma informática. Se calcula que a nivel mundial las empresas y corporaciones reciben más de 10.000 ciberataques por segundo. Contar con personal experto que sepa detectar y frenar las amenazas será imprescindible en los próximos años, tanto para el sector público como privado.

El Ingeniero de Software para Ciberseguridad será el profesional encargado programar y desarrollar el software utilizado para asegurar la integridad informática de las empresas. Es necesario que sea experto en las tecnologías.

Relacionadas con la ciberseguridad, ya sea a nivel solo de software o que tengan que ver con hardware. Necesitará tener cierto conocimiento del sector en el que su empresa desarrolla sus labores, para identificar el tipo de amenaza del sector y encontrar la forma de prevenirlas.



El crecimiento del mercado de la ciberseguridad lleva siendo imparable desde hace años, datos de la U.S. Bureau of Labor Statistics muestran que para proteger de forma efectiva a empresas y trabajadores, los empleados de ciberseguridad deberían aumentar un 62% en los próximos años.

Según un informe de Society for Human Resources Management, el sector de la ciberseguridad crecerá hasta alcanzar los 152.000 millones de euros en 2020, y esto también aumentará la demanda de empleo hasta situarse en los 6 millones de puestos de trabajo en todo el mundo. El aumento de la digitalización en todas las empresas, junto con el crecimiento del mercado de la ciberseguridad, hará que aumente la demanda de personal experto en este campo. (Información tomada de Singularity-Experts 2020/www.myweypass.com).

Ruta propuesta para lograrlo:

Ingeniería de Software

Maestría en Ciberseguridad

Analista de Alimentos Modificados

El mercado de los alimentos modificados genéticamente superará los 35 mil millones de dólares en 2022.

Los alimentos modificados son aquellos derivados de plantas y animales que han sido alterados mediante distintas tecnologías para cambiar sus propiedades, pudiendo ser por ejemplo, más rico en proteínas que el original. Dentro de las tecnologías que pueden participar en este proceso se encuentra la ingeniería genética, la biología sintética, la impresión 4D o la nanotecnología.

Teniendo en cuenta que el mercado de la alimentación es uno de los más grandes que existe hoy en día, la modificación de productos y la capacidad de crear alimentos con nuevas propiedades abre las puertas a las empresas del mundo de la alimentación a una gama de productos aún por explorar, que pueden ofrecer alternativas interesantes para muchos consumidores.

El Analista de Alimentos Modificados es el profesional encargado de asistir al proceso de investigación y desarrollo de nuevos tipos de alimentos con las diferentes tecnologías involucradas. Es necesario que sea experto en la modificación de alimentos desde el punto de vista práctico, de forma tal que pueda realizar cada experimento de forma óptima. Deberá contar con un profundo entendimiento del tipo de alimento que se está fabricando, para poder evaluar los resultados obtenidos en cada prueba de cara al producto final en desarrollo. Tendrá que seguir el método científico, para asegurar que sus experimentos no se vean afectados por agentes externos o errores humanos.



El mercado de los alimentos modificados genéticamente es un mercado que está creciendo de forma exponencial, según Transparent Market Research, se espera un crecimiento anual cercano al 8% entre el 2017 y el 2022, llegando a un valor de mercado superior a los 35 mil millones de dólares. Actualmente la empresa Impossible Foods, está trabajando en la creación de una hamburguesa sintética, manteniendo la composición proteica y el sabor de una hamburguesa convencional, pero eliminando el uso de animales.

De acuerdo a un estudio realizado por AT Kerney, las carnes alternativas representarán el 60% del mercado de la carne global para el 2040, por el constante crecimiento de la preocupación ambiental y ética de la industria. Con el aumento de este tipo de empresas dedicadas a explorar la producción de alimentos modificados, aumentará la necesidad de personas que ayuden a llevar adelante los avances tecnológicos para estandarizar estos productos. (Información tomada de Singularity-Experts 2020/www.myweypass.com)

Ruta propuesta para lograrlo:

Grado en ciencia y tecnología de los alimentos

Máster en biotecnología alimentaria

Mooc research ethics

**¡Te gustaron.....! así como estas carreras
hay muchas más te invitamos a investigar.!**

DEFINIENDO DE 19 AÑOS O MÁS

Te damos la bienvenida a este espacio de Orientación Vocacional del Ministerio de Educación Pública, haremos un recorrido por los aspectos más importantes a considerar para hacer una acertada elección vocacional, es una decisión muy importante, que conlleva un proceso que te ayudará a reflexionar sobre las ocupaciones que vas a tener a futuro, opciones de estudio e inserción en el mercado laboral, debemos de tener en consideración que hoy en día

vivimos en una sociedad compleja con permanente incertidumbre; los entornos laborales son cambiantes y en consecuencia no podríamos hablar de una sola vocación. Habitualmente, las personas hacen todo lo que pueden por mantenerse en el mercado laboral adaptándose constantemente a sus fluctuaciones, trabajando sus habilidades y competencias para responder a las demandas, especialmente las personas adultas.

Es fundamental conocerse muy bien, lo primero que debes tomar en cuenta son tus intereses y habilidades, las habilidades se refieren a las tareas que haces con facilidad y los intereses son las cosas que más te gusta hacer y te brindan satisfacción que realizarás con mayor entusiasmo, luego debes relacionar ambos para obtener mejores resultados que coincidan con tu personalidad.

Además tienes que realizar tareas y responderte algunas preguntas e investigar en tu contexto, características personales que puedan ser un factor potenciador o limitante ya sea en el estudio o en la posibilidad de organizar realizar ciertas tareas para que puedan relacionar estos con los requerimientos de la ocupación elegir y las exigencias del mercado laboral eso te ayudará a comprender para qué área de estudio o profesiones tiene mayor actitud y en cuáles otras las limitaciones o debilidades podrían significar obstáculos para alcanzar el éxito.

Te invitamos a hacer una autoevaluación para lograr una mejor elección vocacional.

Definiéndome:

Antes de tomar una decisión importante, es una buena idea tomarse un tiempo para la autorreflexión. En estos pasos, reflexionarás sobre ti mismo, tus gustos, habilidades, el tipo de entorno laboral en el que quieres estar, el tipo de trabajo que

disfrutas, con quién quieres trabajar y más. Algunos elementos imprescindibles para tomar una decisión vocacional, que te ayuden a posteriormente ubicarte laboralmente, son:

Autoconocimiento:

Es el conocimiento de sí mismo, de los intereses propios, aptitudes, habilidades y competencias; en resumen, conocer el perfil profesional que se puede aportar al mercado de trabajo. Para ello se pueden hacer las siguientes preguntas:

¿Qué me gusta hacer?

Intereses, motivaciones, pasatiempos, preferencias en oficios.
<https://www.miguiavocacional.com/>

¿Qué habilidades técnicas tengo?

Análisis de datos, planificación, investigación, multilingüe, fotografía, mecánicas, etc.

¿Qué puedo hacer bien?

Aptitudes, formación profesional, experiencia, etc.

¿Qué aptitudes naturales tienes?

Redacción, liderazgo, ventas, comunicación, planificación, resolución de problemas

¿Cuáles son sus valores clave?

Estabilidad financiera, ayudar a los demás, independencia, responsabilidad, etc.

¿Cómo es tu personalidad?

Personalidad tranquila, extrovertida, segura, agresiva, leal.

¿Qué habilidades tengo?

Gestión del tiempo, comunicación, confianza, resolución de problemas, matemáticas, manuales, de gestión, persuasión etc.

¿En que estas interesado?

Tecnología, escritura, medicina, diseño.

Identifica tus prioridades:

Como parte del proceso de conocerse es fundamental que te realices preguntas acerca de tu proyecto de vida, te aclaran más acerca de lo puedes estudiar para lograr conseguir tus metas y sueños.

- ¿Necesitas ganar un salario determinado?
- ¿Necesitas ciertos beneficios como cobertura de atención médica específica o cierta cantidad de tiempo libre?
- ¿Podrías aceptar un trabajo que implique viajar?
- ¿Necesitas trabajar en un lugar determinado?
- ¿Necesita algún tipo de flexibilidad para trabajar desde casa ?
- ¿Necesita adherirse a un puesto o nivel de trabajo específico?
- ¿Hay ciertas tareas que necesita o no desea realizar?
- ¿Existe algún entorno de trabajo en el que no pueda trabajar bien?



Definiendo mis opciones:

Debemos considerar en la búsqueda estudiar la oferta educativa, asimismo buscar información acerca del mercado de trabajo y del comportamiento de los empleos, para tomar una decisión en relación con el objetivo laboral, además hay que conocer acerca de las actividades que se desarrollan en el ejercicio de las profesiones de interés que quisieras estudiar. Es una gran idea hablar con personas que ya laboran en esa ocupación, son una excelente fuente de información de las tareas que desempeñan. Realizar las siguientes interrogantes y responder con sinceridad, te ayudarán a localizar las áreas de estudio que quieres incursionar en relación a una oferta laboral.

Debes responderte las preguntas a continuación, puedes acceder a los enlaces disponibles para encontrar más información que te ayude a clarificar ideas para responder.



- ¿Cuáles ocupaciones son las más demandadas?
<http://olap.conare.ac.cr/proyectos-de-investigacion/radiografia>
- ¿Cuáles son los sectores productivos con futuro, según los estudios de mercado laboral?
<https://www.universidadescr.com/blog/5-carreras-del-futuro-con-alta-demanda-laboral/>
- ¿Cuáles son las exigencias en cuanto a perfiles profesionales del mercado laboral?
<http://olap.conare.ac.cr/proyectos-de-investigacion/infografias>
- ¿Existe alguna industria en particular que parezca atractiva?
- ¿Te atrae naturalmente una categoría particular de trabajo?
- ¿Conoce amigos o colegas con trabajos que le parezcan interesantes?
- ¿Hay algún título o nivel en particular que quieras alcanzar?
- ¿Hay un lugar en el que quieras estar o un estilo de vida determinado que quieras tener?
- ¿Conoces las áreas de estudio y carreras existentes?
<http://infoues.conare.ac.cr/web/infoues/por-area-vocacional>
- ¿Conoces las áreas de estudio y carreras existentes?
- ¿Conoces dónde podrías estudiar lo que te interesa?
<https://universidades.cr/universidades>
<https://www.ina.ac.cr/Estudiantes/Orientacion/SitePages/Inicio.aspx>

Definiendo mis decisiones:

La toma de decisiones vocacional se realiza después de la reflexión y autoanálisis realizados con base en el conocimiento personal y laboral de las características del mercado y de sus exigencias, para determinar el futuro laboral y concretar los objetivos profesionales a corto, mediano y largo plazo. Es importante entender que esta decisión es con miras a un proyecto vocacional futuro que no es único, pensar que es una sola carrera u oficio, y que nunca va a cambiar, no es realista, más bien debemos considerar que tenemos una esperanza de vida muy larga y que nos da para más de un proyecto vocacional.

Para comprobar si se ha tomado ya una decisión, pueden considerar las siguientes preguntas:

- ¿Tiene claro en qué quiere trabajar?
- ¿Tiene claro en lo qué no quiere trabajar?
- ¿Cuáles empleos ha empezado a buscar?
- ¿Cómo iniciará la búsqueda de empleo?
- ¿Cómo se organiza?
- ¿Qué considera como lo más importante para buscar trabajo de forma eficaz?



Los objetivos concretos o metas son pensamientos dirigidos al futuro, a una zona temporal a la que aún no se ha llegado y en la que, en principio, puede ocurrir cualquier cosa. Esto permite que se pueda utilizar un amplio repertorio de posibilidades para ubicar la carrera u oficio que te ayude a completar tus metas. Cuando ya hayas analizado todo los elementos anteriormente propuestos debes tomar una decisión que considere tanto el mercado laboral con lo que realmente te guste, sea tu vocación y que aproveches tus habilidades y competencias, para que seas una persona profesional realizada.

Buscando mi empleo:

Planificación para la búsqueda de empleo:

Después de la concertación de la elección de carrera u oficio en el que nos vamos a capacitar y estudiar es importante pensar en el futuro laboral, para ello se propone una planificación de acciones que me permitan encontrar empleo según mi formación e intereses.

Todos los empleos tienen una serie de requisitos suponen conocer y dominar determinados procedimientos y herramientas; demandan condiciones de trabajo estipuladas como horarios, materiales, ambiente laboral y también ciertas capacidades, habilidades y características físicas o de personalidad.

Todo esto hace necesario definir claramente el empleo que se busca este va a variar en función de las circunstancias por las que una persona busca empleo, si nunca ha trabajado o si se ve obligada a cambiar de trabajo, entre otras. Es posible que después de transcurrido un cierto tiempo se descubra que el empleo escogido no



es el más adecuado, entonces puede cambiar o adaptar el objetivo a las nuevas circunstancias. También es posible que se pueda trabajar en empleos temporales no relacionados con el objetivo profesional. Además, la necesidad económica hace inevitable que se deba trabajar en lo primero que salga, pero esta situación no es incompatible para seguir buscando el trabajo más adecuado.

Para organizar esa búsqueda de empleo te sugerimos proponerte una ruta de acciones.

Estrategias para la búsqueda de empleo:

La agenda de búsqueda de empleo: es aquí donde se registrara, de forma sistemática, todas las actividades por realizar: empresas por visitar, fuentes de información, envío de currículum, seguimiento de contactos personales, entre otras. Por otro lado, se puede incluir el tiempo dedicado al ocio y a otras actividades. Finalmente se realizará un seguimiento de todas las tareas realizadas, en qué plazo y con cuál resultado para introducir cambios si es necesario.

Red de contactos: consiste en comunicar en forma breve y concisa a otras personas conocidas su condición de búsqueda de empleo. Son aquellas personas que van a proporcionar información acerca de oportunidades, convocatorias y bolsas de empleo. La red de contactos pretende buscar información, consejos, ideas, conexión con otras personas y apoyo para la búsqueda de empleo. Es reconocido que las empresas, antes de decidirse a contratar a una persona extraña, prefieren contratar a quienes conocen o a aquellas que les recomiendan personas conocidas. Esta forma de reclutamiento les proporciona más seguridad que contratar a una persona de la que no conocen nada. Es muy importante que la persona en búsqueda de empleo establezca su propia red de contactos y que éstas conozcan sus recursos personales, actitud de búsqueda de empleo, que sepan quién es, qué es, y qué está buscando profesionalmente.

Búsqueda de trabajo por internet: Es una alternativa digital a los métodos de búsqueda de empleo tradicionales. Es cierto que con la transformación digital ahora se habla de videoentrevistas, de videocurrículums, Internet ofrece alternativas, que se diferencian de lo habitual, donde las personas de manera presencial entregaban su CV en las empresas, preguntando por el responsable e intentando causar una buena primera impresión. Lejos quedan esos métodos ya que, a través de internet, encuentras nuevas técnicas de búsqueda de empleo en los portales de ofertas de empleo online. Múltiples son las opciones que existen en la red a la hora de encontrar ofertas de empleo y de poder inscribirse a las mismas, te dejamos una lista de enlaces para acceder a estas plataformas:

<https://cr.linkedin.com/>

<https://www.buscoempleocr.com/empleos/#.YDaweNhKJIU>

<https://www.eempleo.com/cr/ofertas-empleo/>

<https://cr.indeed.com/>

<https://www.buscojobs.cr/ofertas>

Las municipalidades cuentan con bolsas de trabajo y cada una de las empresas cuenta con sus plataformas específicas para que ingreses tus datos y formes partes de las opciones.

Referencias:

Agencia Nacional de Empleo (2021). Instituto Nacional de Aprendizaje. Plataforma Informática Oficial del Sistema Nacional de Empleo: Recuperado de <https://www.ane.cr/>

Gutiérrez Coto, I., Chaves Zambrano, Z., Ruh Mesén, A. y Chacón Solano, Zuceth. (2015). Radiografía Laboral I : personas graduadas de las universidades costarricenses. San José, C.R. : CONARE, OPES

Gutiérrez Coto, I., Chaves Zambrano, Z., Ruh Mesén, A. y Chacón Solano, Z. (2018). Radiografía laboral II : personas graduadas de la universidades costarricenses. San José, C.R. : CONARE, OPES. Inspírate, 60 Profesiones con Futuro (2020). Fundación Bertelsmann, Singularity Experts. Barcelona, España. Recuperado de <https://www.mywaypass.com/planetas/inspirate/category/1>

Pereira, M. (2012). Mediación docente de la Orientación Educativa y Vocacional. San José. Editorial: EUNED.

Manual del Servicio Público de Empleo de la República de Costa Rica (2010). Ministerio de Trabajo y seguridad social. . Recuperado de <http://www.mtss.go.cr/empleo-formacion/buscoempleo.html>

Mi proyecto vocacional/ Me exploro (2016) COVAE. Recuperado de <https://www.miguiavocacional.com/meexploro/>

Mi proyecto vocacional/Exploro mi entorno (2016) COVAE. Recuperado de <https://www.miguiavocacional.com/exploro-mi-entorno/>

Mi proyecto vocacional/ Integro (2016) COVAE. Recuperado de <https://www.miguiavocacional.com/integro/>

Oferta Educativa de INFOUES (s.f) CONARE. Recuperado de <http://infoues.conare.ac.cr/web/infoues/por-area-vocacional>

Referencias:

Oferta Educativa en Educación Superior Privada. (2013-2021). Universidades.cr. Recuperado de **<https://universidades.cr/carreras>**.

Instrumento Vocacional/ INFOUES (s.f) CONARE. Recuperado de

<http://infoues.conare.ac.cr/web/infoues/instrumento-vocacional>

Sistema Nacional de Educación Musical/Escuelas de música y proyectos (2021-2022). Ministerio de Cultura y Juventud. Recuperado de

<https://sinem.go.cr/>

Valerio, I. M. (Junio de 2019). Las áreas STEAM y el papel de la persona profesional en Orientación como parte de un trabajo colaborativo en el desarrollo de habilidades y competencias. (MEP, Ed.) Revista Conexiones: una experiencia más allá del aula, 11(2), 39-44. Recuperado de

https://www.mep.go.cr/sites/default/files/2revistaconexiones2019_a5.pdf

Nota: El presente interactivo presenta algunos links de videos la página web de youtube.com, con finalidades ilustrativas y educativas.

CRÉDITOS

Ámbito Nacional

Ministerio de Educación Pública
Viceministerio Académico
Dirección de Vida Estudiantil
Departamento de Orientación Educativa y Vocacional

Ámbito Regional

Catalina García Bolaños, Asesora Regional de Orientación.
Asesoría Regional de Orientación
Dirección Regional de Educación Alajuela

Ana Yancy Arroyo Sosa, Asesora Regional de Orientación.
Asesoría Regional de Orientación
Dirección Regional de Educación Sarapiquí.

Aportes en revisión

Comisión Vocacional- interinstitucional MEP-UCR

Primera Edición: Agosto 2021

