

UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO

ESCUELA DE NIVEL MEDIO SUPERIOR DE CELAYA

XVII VERANO DE LA CIENCIA UG 2022



**ORIENTACIÓN VOCACIONAL
PROPUESTA DE MANUAL**

AUTORAS

**Elizabeth Alejandra Arreola Ramírez
Tania García León
María Guadalupe Juárez Juárez
Yerim Hael López Torres
Jocelyn Citlaly Ramos Barrios
Daniela Santoyo Álvarez**

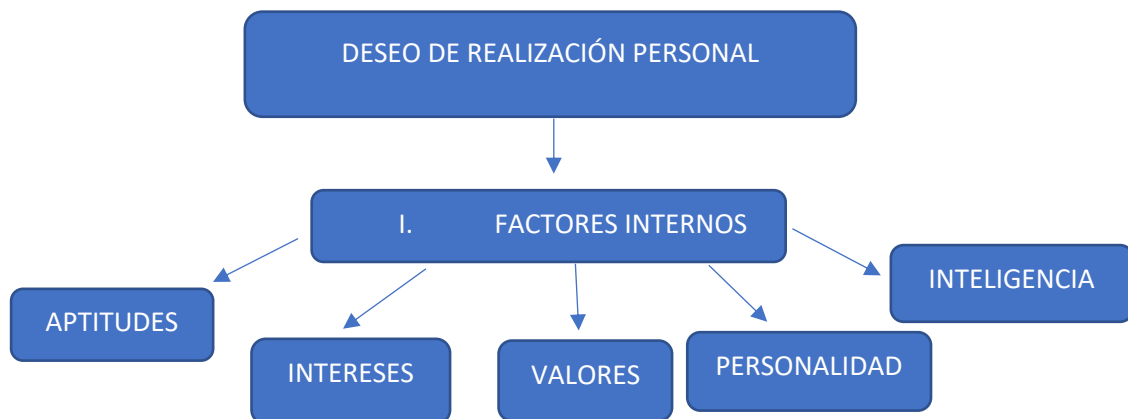
Elegir una carrera es una decisión importante y una de las más difíciles en nuestras vidas. Prueba de ello es el alto nivel de deserción universitaria en nuestro país, donde se gradúan apenas 3 de cada 10 estudiantes, de acuerdo con los datos del Centro de Estudios Avanzados (FCS-UNC).

En este escenario, la orientación vocacional es una herramienta cada día más importante al momento de buscar un futuro profesional que se amolde a nuestro perfil. La orientación vocacional es un proceso cuya meta es ayudar a los estudiantes a elegir una carrera profesional. Lo hace a través de test, cuestionarios y asesoramiento que posibiliten a la persona la mejor elección.

Los factores que intervienen en la elección vocacional son diversos, y pueden incidir de manera positiva o negativa. Además, en la difícil tarea de elegir la carrera entran en juego condicionantes tanto de orden interno como externo.

Esquema de toma de decisión profesional

Los factores internos son una serie de estímulos que provienen desde nuestro sistema nervioso y que dirigen nuestras acciones y decisiones. Existen diferentes explicaciones acerca del funcionamiento psicológico y que dan cuenta del porqué de nuestros actos. Es necesario que la motivación vocacional y profesional tenga en cuenta varios elementos del funcionamiento psíquico.



La personalidad: Está constituida por una serie de patrones cerebrales que llevan al individuo a responder de determinadas maneras a diferentes circunstancias. Se construye desde la infancia y conlleva los recuerdos y racionalizaciones de experiencias pasadas.

Aspectos y características de la personalidad

- **Impulsos internos:** Entre otros, destacamos los más importantes.
- **Resiliencia:** Capacidad de enfrentar y superar circunstancias adversas y experiencias negativas.
- **Temperamento:** Característica innata de la personalidad.
- **Carácter:** Cualidades adquiridas a lo largo del desarrollo.
- **Constancia:** Voluntad continua por hacer algo. Capacidad para habituarse.
- **Perseverancia:** Capacidad por perseguir objetivos específicos.
- **Tolerancia:** Parámetro de resistencia a diferentes estímulos.
- **Paciencia:** Capacidad de espera y tranquilidad.
- **Empatía:** Capacidad de entender situaciones ajenas.
- **Asertividad:** Capacidad de expresión de sentimientos, ideas y opiniones que permiten al individuo reconocerse como importante en la participación del grupo.
- **Autoestima:** Nivel de confianza en las capacidades propias para el desarrollo de la vida cotidiana.
- **Agotamiento, fatiga y cansancio:** La sensación de agotamiento y cansancio proviene después de la realización de actividades que demande altos niveles de energía. El agotamiento psicológico es el resultado de períodos prolongados de ansiedad causada por el estrés y la falta de confianza.
- **Capacidad física:** El cansancio, la fatiga y el agotamiento son generadores de tensión, temores y angustia.
- **Temores y angustias:** Son la reacción fisiológica hacia determinados estímulos que ponen en riesgo nuestra seguridad. Cuando el individuo se considera incapaz de responder a sus responsabilidades desata situaciones de angustia que lo llevarán a la ansiedad.

ACTIVIDAD 1: Realiza un collage de tu personalidad considerando los aspectos y características.

Valores: Son un conjunto de patrones de comportamiento colectivo acerca de lo que es aceptable en una determinada sociedad. Los valores provienen de la costumbre y creencias y se modifican según la dinámica social. Los valores forman parte de una cultura determinada y permiten la reproducción de la sociedad.

Aunque los valores son un factor social, determinan a nivel psicológico el comportamiento individual. Es decir, se internalizan en la subjetividad estimulando o reprimiendo determinadas conductas.

ACTIVIDAD 2: Investiga y realiza un mapa conceptual del tema de valores, analiza cuales son los 5 valores que son más importantes para ti.

Intereses vocacionales

Son las preferencias, inclinaciones o los gustos por algún tema o actividad ocupacional de impacto social que se considera relevante. El gusto por realizar una actividad se refleja en la atracción que sientes hacia ella, el placer que experimentas al ejecutarla, el tiempo que le dedicas y el deseo de repetir la experiencia; si ante una actividad en particular experimentas sensaciones de este tipo, deberías tomarlo en cuenta, ya que te puede ser útil a la hora de elegir tu carrera.

ACTIVIDAD 3: Ingresa al link y realiza la prueba de psicométrica de intereses de Rimada

<https://es.scribd.com/document/452975653/RIMADA-OCUPACIONAL-Inventario-de-Interes-Ocupacional-TEST-1>

Aptitudes vocacionales

Son las capacidades o habilidades potenciales que se poseen para realizar eficazmente los estudios y las actividades profesionales u ocupacionales. Éstas se hacen evidentes en la facilidad que se tiene para efectuar algunas actividades con respecto a otros individuos. En particular, las aptitudes se caracterizan porque se pueden incrementar y desarrollar mediante el ejercicio y la práctica constante.

ACTIVIDAD 4: Ingresa al link y realiza la prueba de psicométrica de intereses de Rimada

<https://es.scribd.com/document/47214957/Autoevaluacion-de-Aptitudes>

Inteligencia

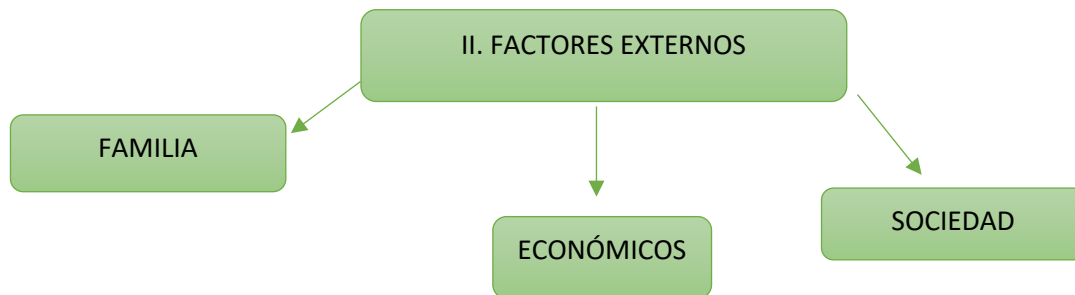
La inteligencia humana es la capacidad mental que permite razonar, resolver ideas, planificar, comprender y aprender mediante la experiencia. No existe una conclusión definitiva sobre qué es, debido a lo extenso que es este tema, que cada día se sigue estudiando con rigurosidad.

La inteligencia va evolucionando y cambia con la edad. Los niños, jóvenes y adultos tienen su propia escala de inteligencia, en cuanto a los mayores, se habla de deterioro de sus escalas cognitivas. Por otro lado, se ha comprobado que la inteligencia no es un factor medible, esto ha ocasionado que los centros educativos den cada vez más importancia a los **tipos de inteligencia que existen**.

No todas las personas adquieren la misma inteligencia o conocimientos intelectuales, las personas difieren entre sí en su capacidad para comprender ideas complejas, adaptarse eficazmente al entorno y aprender de la experiencia.

ACTIVIDAD 5: Investiga y realiza una infografía de los tipos de inteligencia según Gardner

Los **factores externos** son estímulos del contexto social en la elección profesional. Se analizan el componente familiar y socioeconómico. La influencia familiar se refiere a la reproducción de valores y costumbres. El factor socioeconómico determina un rango delimitado de aspiraciones. Esto quiere decir que las proyecciones futuras de los estudiantes están enmarcadas en una estructura de posibilidades y limitaciones provenientes del contexto social.



ACTIVIDAD 6: Realiza un familiograma analizando las profesiones u oficios de cada uno de los integrantes de tu familia.

ACTIVIDAD 7: Realiza un análisis de 2 universidades de la carrera de tu interés y contesta el siguiente cuadro.

ESCUELA DE NIVEL MEDIO SUPERIOR DE CELAYA
ORIENTACIÓN VOCACIONAL
ANÁLISIS DE LA UNIVERSIDAD

NOMBRE _____

GRUPO: _____

Instrucciones: Investiga 2 o 3 Universidades de las carrera(s) de tu interés.

Elige una Universidad y completa el siguiente cuadro:

Universidad (nombre y lugar)	
Perfil de ingreso	
Perfil de egreso	
Duración de la carrera	
Modalidad de inscripción (Trimestral, cuatrimestral, semestral)	
Costos de Inscripción o mensualidad	
Explica por qué elegiste esa Universidad	
Plan de estudios	

