



**ORIENTACIÓN
VOCACIONAL
Y OCUPACIONAL**

PROCESO VIRTUAL DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL

**Secretaría General de Extensión Universitaria
Universidad Nacional del Nordeste**



SECRETARÍA GENERAL DE
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA
UNIVERSIDAD NACIONAL DEL NORDESTE



**UNIVERSIDAD
NACIONAL
DEL NORDESTE**



AUTORIDADES

Rector

Gerardo Omar Larroza

Vicerrector

José Leandro Bastera

Secretario General de Extensión Universitaria

Patricio Gonzalez

Coordinadora de Departamento de Orientación Vocacional y Ocupacional

Paloma Cendra Veiravé

CRÉDITOS

Laura Isabel Avalos Olivera

Nicolás Néstor Barrios

Karina Mercedes González

Marlene Paola Quintana

Ilvia Alejandra Rach

Iris Roxana Rojo

Macarena Sánchez Sánchez

Maia Navas

Diseño Didáctico

Marlene Paola Quintana

Diseño Gráfico

Pía Antúnez



AUTOCONOCIMIENTO

¿Quién soy?

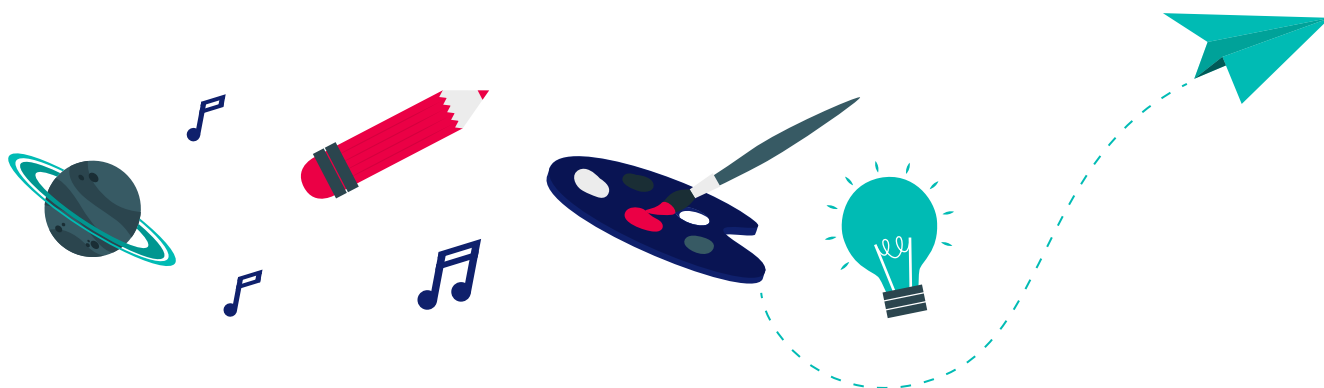
¡Bienvenida! ¡Bienvenido!

Es probable que hayas decidido realizar un proceso de orientación vocacional Virtual porque no puedas acercarte a nuestro Departamento, y te has planteado interrogantes vinculados a tu elección vocacional y proyecto de vida. Podemos decir entonces, que este es un buen comienzo ya que contamos con tus ganas, tus deseos indispensables para ponernos a trabajar.

Este proceso de Orientación te permitirá efectuar algunas actividades en forma individual desde la plataforma virtual, complementando con algunos encuentros presenciales con el orientador que te acompañe.

Tené en cuenta que no hay un tiempo determinado para completar estas secciones, pero te sugerimos que te regales un momento para pensar y analizar las diferentes propuestas y actividades.

No encontrarás aquí recetas mágicas, pero si algunas herramientas que te van a permitir elegir algunos caminos posibles, siendo **VOS PROTAGONISTA**.





ACTIVIDAD N°1

Te invitamos a ingresar al enlace disponible en el Entorno Virtual del proceso, con este breve cuestionario que presentamos a continuación.

Te invitamos a responder algunas preguntas que serán claves para el proceso de autoconocimiento. Es importante que puedas analizar en qué momento de tu proceso te encontrás:

Completar Datos Personales

Nombre y Apellido:

Fecha y Lugar de Nacimiento:

Hiciste tus primeros grados en:

Y el secundario estás cursando en:

Cuando eras chico pensabas que al crecer querías ser:

Las actividades que realizaste o realizás fuera del horario escolar son:

Las carreras que pensaste seguir en los últimos tres años fueros:

Tu papá trabaja en:

.....

.....

Tu mamá trabaja en:

.....

.....

Tenés hermanos que estudian o trabajan en:

.....

.....

Vocación e Intereses

*La Vocación ¿Qué es? ¿Dónde se la encuentra? ¿Cómo descubrirla?
Reflexiones para que empieces a encontrar cuál es tu camino.
¿Cómo ser lo más auténtico posible con vos mismo?*

A partir de lo que mencionaste sobre la vocación: Sabes que conocerte tiene que ver con la Vocación. ¿Todos hablamos de vocación, pero que significado le das vos? Pensar en recibir una Orientación Vocacional no es solo elegir una carrera, sino que implica mucho más que eso. Si consideramos el concepto **“vocación”** como camino hacia la realización, ella significa comprender que se trata de un proceso dirigido a esclarecer y fortalecer un proyecto de vida.



Te contamos que la palabra Vocación proviene del latín vocatio que significa llamado que indica la acción de llamar y el hecho de ser llamado.



Llamado que proviene del exterior, de lo conocido por mí en estos años de vida. Es difícil ser llamado a ser biólogo marino si ni siquiera conozco el mar, pero no imposible. Es decir, la vocación está relacionada con la información. El llamado tiene que ver con mis gustos intereses hobbies relaciones, pero así también con un llamado interno que me impulsa hacia determinados lugares, actividades u ocupaciones.

Podemos decir, que la vocación se construye a lo largo de la vida, según las determinadas inclinaciones y potencialidades de la persona con el conjunto de experiencias que va desarrollando a lo largo de su vida. Por eso es importante informarme en primer lugar sobre **“mi mismo”** conocerme.

*La Vocación es un camino que se construye,
¿Qué hago para tomar la mejor decisión?*

Para poder elegir, es necesario detenerse a pensar ¿quién soy? ¿quién quiero llegar a ser? Podemos decirte, que para que puedas responder estos interrogantes, es necesario enfocarte en el presente recuperando las vivencias del pasado, pero en vistas a tener una visión de tu historia de vida.

Es así, es indispensable reconocer cuáles son tus intereses, actividades preferidas, gustos, sueños y todo lo que pueda enriquecer tu mirada sobre la etapa que te encontrás transitando.

¿Quién soy? Sigamos Avanzando

¿Y qué significa elegir, cuando se trata de establecer un proyecto de vida que abarca aspectos desconocidos, como por ejemplo el futuro personal y social?

Te proponemos que te tomes un tiempo para reflexionar sobre tus gustos e intereses. ¿Qué necesitas conocer? Toda información que pueda hablarte de tus habilidades e intereses.

En varias ocasiones, podemos decir que hay cosas que nos gustan y otras que no nos gustan, que nos interesan y que no, que tenemos aptitudes para realizar determinadas actividades y para otras no.

Pero ¿tenemos claro qué nos gusta? ¿Sabemos qué nos resulta interesante?

Por lo tanto, para poder definir un proyecto a futuro es relevante que puedan conocer, pensar e indagar acerca de sus intereses, aptitudes, dudas y temores. La elección

de una carrera, un momento significativo en la vida. Cuando se trata de realizar una elección importante, como la que tienen que tomar en este tiempo, se siente un gran compromiso. Elegir supone optar, y esto requiere ser y conocerse a uno mismo.

Antes de avanzar con esta actividad, sobre intereses te proponemos que puedas acceder a las lecturas de profundización. Te brindarán reflexiones para que empieces a encontrar cuál es tu camino. Como ser lo más auténtico posible con vos mismo.

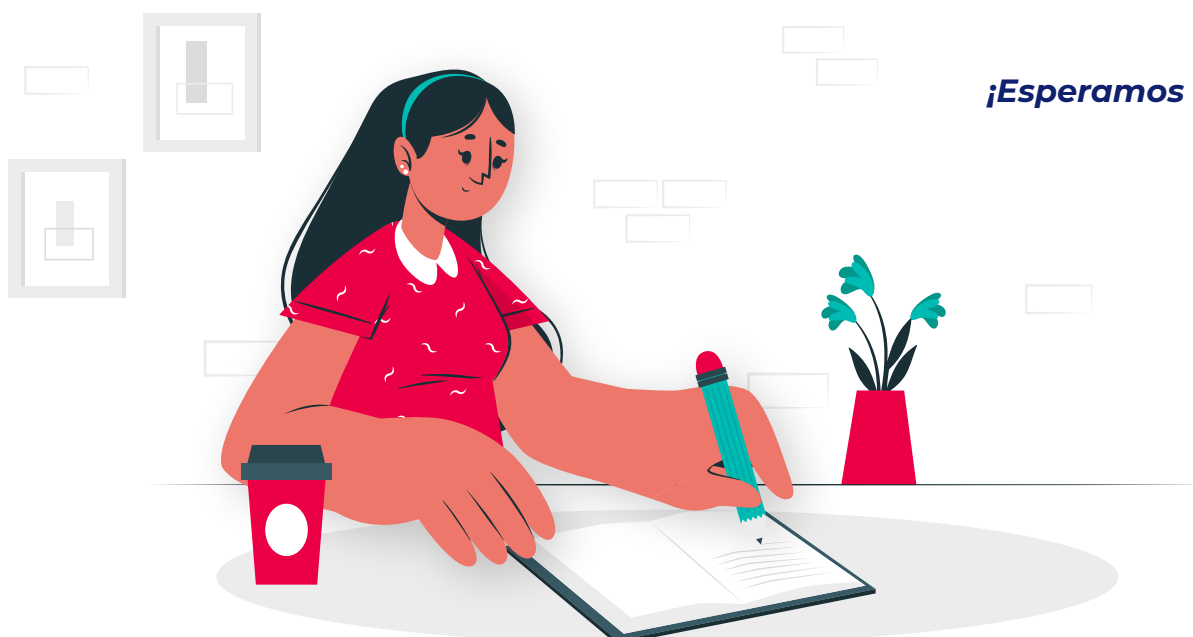


Hacemos una pausa antes de seguir con las actividades. Te invitamos, a que accedas a las lecturas que están disponibles en el entorno virtual:

Sería interesante que dediques un tiempo a la lectura de los siguientes materiales. Disponibles para acceder en el Aula Virtual:

- * **"Orientación Vocacional" Aportes Clínicos y Educativos.** Müller, Marina (1994) Bonum Buenos Aires.
- * **"¿Qué me gusta?"** Zabalza Sergio.

¡Esperamos te ayude!



ACTIVIDAD N°2

Cuestionario ¿Cuáles son tus gustos e intereses?

Te proponemos ahora trabajar sobre tus intereses, a partir de elecciones de objetos, tareas, ámbitos en los que te gustaría trabajar en el futuro. Para que puedas completar esta instancia y adjuntar tu producción en la Tarea indicada en nuestro espacio virtual.

Lee detenidamente y señala con una cruz tus opciones:

A) Me gustaría trabajar con:

- ☐ Personas
- ☐ Animales
- ☐ Datos
- ☐ Objetos
- ☐ Fenómenos

Entre ellos preferentemente con:

- | | | | |
|-------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="radio"/> Niños | <input type="radio"/> Jóvenes | <input type="radio"/> Adultos | <input type="radio"/> Microorganismo |
| <input type="radio"/> Grandes | <input type="radio"/> Pequeños | <input type="radio"/> Insectos | <input type="radio"/> Hechos |
| <input type="radio"/> Números | <input type="radio"/> Símbolos | <input type="radio"/> Signos | <input type="radio"/> Químicos |
| <input type="radio"/> Información | <input type="radio"/> Herramientas | <input type="radio"/> Físicos | <input type="radio"/> Psíquicos |
| <input type="radio"/> Meteorológico | | <input type="radio"/> Mecánicos | |

B) Me agradaría realizar tareas de:

- | | | | |
|------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|
| <input type="radio"/> Aconsejar | <input type="radio"/> Persuadir | <input type="radio"/> Asesorar | <input type="radio"/> Servir |
| <input type="radio"/> Enseñar | <input type="radio"/> Instruir | <input type="radio"/> Supervisar | <input type="radio"/> Curar |
| <input type="radio"/> Diagnosticar | <input type="radio"/> Divertir | <input type="radio"/> Sintetizar | <input type="radio"/> Modelar |
| <input type="radio"/> Coordinar | <input type="radio"/> Analizar | <input type="radio"/> Computar | <input type="radio"/> Calcular |
| <input type="radio"/> Aplicar | <input type="radio"/> Armar | <input type="radio"/> Construir | <input type="radio"/> Controlar |
| <input type="radio"/> Manipular | <input type="radio"/> Atender | <input type="radio"/> Preparar | <input type="radio"/> Manejar |
| <input type="radio"/> Escribir | <input type="radio"/> Comunicar | <input type="radio"/> Administrar | <input type="radio"/> Diseñar |
| <input type="radio"/> Proyectar | <input type="radio"/> Defender | <input type="radio"/> Cultivar | <input type="radio"/> Arreglar |
| <input type="radio"/> Hablar | <input type="radio"/> Informar | <input type="radio"/> Crear | |

C) Me gustaría trabajar en ámbitos como:

- | | | | |
|--|---|---------------------------------------|--|
| <input type="radio"/> Oficina/Taller | <input type="radio"/> Criadero de anim. | <input type="radio"/> Ruina Arqueol. | <input type="radio"/> Radio |
| <input type="radio"/> Negocios | <input type="radio"/> Guardería | <input type="radio"/> Hospitales | <input type="radio"/> Centros de Invest. |
| <input type="radio"/> Consultorio | <input type="radio"/> Casa | <input type="radio"/> Escuelas | <input type="radio"/> Agencia de Pub. |
| <input type="radio"/> Estudio Jurídico | <input type="radio"/> Juzgado | <input type="radio"/> Restaurante | <input type="radio"/> Construcciones |
| <input type="radio"/> Banco | <input type="radio"/> Empresas | <input type="radio"/> Galería de Arte | <input type="radio"/> Laboratorio |
| <input type="radio"/> Taller Mecánico | <input type="radio"/> Redacción diario | <input type="radio"/> Sala de Operac. | <input type="radio"/> Otras |
| <input type="radio"/> Computación | <input type="radio"/> Hoteles | <input type="radio"/> Cine | |
| <input type="radio"/> Aulas | <input type="radio"/> Fábrica | <input type="radio"/> Construcciones | |
| <input type="radio"/> Bolsa de comerc. | <input type="radio"/> Campo | <input type="radio"/> Agencia de Tur. | |

Otras que quieras nombrar:

.....

.....

C) Arma tu propio cuadro anotando tus elecciones y clasificándolas según el esquema que te presentamos. Mis preferencias se inclinan por trabajar con:

Objetos:

.....

.....

.....

Realizando tareas de:

.....

.....

.....

En estos ámbitos:

.....

.....

.....

En áreas del saber tales como:

.....

.....

.....

¡Continuamos con entusiasmo!



ACTIVIDAD N°3

Las actividades virtuales que hasta aquí has podido realizar, te permiten conocerte más significando tu historia personal, tus intereses, valores, limitaciones y también posibles temores.

Ahora bien, te invitamos a que puedas realizar la actividad **“Historia Vocacional”** La misma se encuentra en un recurso tarea, que deberás adjuntar en el entorno virtual.

Adaptación a partir de Actividad de Sergio E. Rascovan (2016). “La orientación Vocacional como experiencia subjetivante”. Voces de la Educación. Paidós.

¡Seguimos adelante!

La vocación es un proceso que se construye a lo largo de toda la vida, no se agota con la elección de una carrera. Por ello, te invitamos a continuar con este proceso, para que puedas realizar un recorrido personal que te darán las primeras coordenadas en tan compleja decisión. Podemos decir que para que puedas elegir con éxito es muy importante que tengas presente que “elegir implica un trabajo personal” y un “compromiso” de tu parte.



ACTIVIDAD FINAL DE INTERCAMBIO EN FORO DE DEBATE



A modo de reflexión final... Te proponemos que participes en el foro de reflexión propuesto en nuestro espacio virtual.

Luego de transitar el momento de Autoconocimiento, les proponemos realizar una reflexión sobre la experiencia transitada.

El recorrido realizado hasta aquí tuvo como principal objetivo profundizar el conocimiento de nosotros mismos, en función de nuestros gustos, intereses, creencias, capacidades, dificultades, entre otras, adquiriendo de esta manera mayor confianza en nuestros recursos personales.

¡Un placer como siempre leerlos!

Como cierre de este primer momento, compartimos con vos el siguiente corto audiovisual: <https://www.youtube.com/watch?v=vfzx5wO9b18>
(Fecha de consulta: 07 de mayo de 2019)



“La Luna” es un cortometraje estadounidense de animación por computadora dirigido, escrito y animado por Enrico Casarosa. El corto se estrenó el 6 de junio de 2011 en el Annecy International Animated Film Festival en Francia, y tuvo su estreno en cines el 22 de junio de 2012, junto al film de Pixar Brave. La Luna fue uno de los 5 cortos nominados a un Óscar en la categoría de «mejor cortometraje animado» en los 84° premios de la Academia.

Bibliografía

- * Müller, Marina (1994) "Orientación Vocacional" Aportes Clínicos y Educativos. Bonum Buenos Aires.
- * Revista Clarín. ¿Qué me gusta? Zabalza Sergio.
- * Sergio E. Rascovan (2016). "La orientación Vocacional como experiencia subjetiva". Voces de la Educación. Paidós.

Sitios de Internet

- * "La Luna": Enlace disponible en:
Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=vfzx5wO9b18> (Fecha de consulta: 07 de mayo de 2019). La Luna es un cortometraje estadounidense de animación por computadora dirigido, escrito y animado por Enrico Casarosa.