



GUÍA BREVE DE ASESORAMIENTO VOCACIONAL

En ciertos momentos de nuestra trayectoria académica y laboral, especialmente cuando terminamos una etapa y comenzamos otra, es normal que nos surjan algunas dudas o que nos sintamos algo desorientadas/os respecto a nuestro futuro académico y profesional.

Cuestiones como “¿Qué carrera estudio?” “¿Sigo formándome o empiezo a buscar trabajo?” “¿Qué optativas elijo?” “¿Y si me he equivocado de carrera?” suelen venirnos a la mente en estos momentos de toma de decisiones.

Para clarificar estas cuestiones, puede sernos de ayuda seguir los siguientes pasos:

1. Plantéate cuál es tu meta profesional

¿Qué es lo que realmente quiero hacer? ¿A qué quiero dedicarme?

Date un tiempo para pensar en estas cuestiones. Puede que no seas capaz de contestarte la primera vez que te preguntes. Si es así, date algo más de tiempo para pensar en ello, todo el que sea necesario. Piensa en ti mismo/a en el futuro, cuando hayas terminado tu etapa formativa (sea la que sea) y te hayas incorporado al mercado laboral. ¿Dónde te ves? ¿Qué profesión te gustaría estar desempeñando? Puedes comenzar pensando en áreas o sectores generales, para luego ir visualizando ocupaciones algo más concretas.

En este punto, es necesario tener en cuenta algunas cuestiones importantes. Es fundamental centrar el foco de atención en aquello que queremos conseguir y

poner en cuarentena todo lo que hemos hecho académicamente hasta el momento presente, nuestros resultados en el instituto, las que consideramos nuestras capacidades y habilidades y los prejuicios que podamos tener sobre la universidad. Veamos estas cuestiones más a fondo:

Desde este punto de vista, cualquier habilidad puede ser aprendida y entrenada. Esto significa que no existen personas "válidas" para unas cosas y "no válidas" para otras de manera innata, ni personas "más listas" o "más torpes". Cualquier persona puede adquirir cualquier habilidad si está dispuesta a dedicarle el tiempo y esfuerzo necesarios. Por ello, no elimines metas profesionales bajo el pretexto de que "no se me dan bien". Si tienes claro que tu objetivo es ser ingeniera/o mecánica/o pero nunca aprobaste dibujo, no tengas miedo al "no valgo para eso", aprende a dibujar y entrénate en ello. Puedes hacer una valoración a priori del tiempo y esfuerzo que necesitarás para conseguir tu objetivo, y si estás dispuesto/a a asumirlo, no tienes porque plantearte abandonar tu meta laboral.

Tampoco deberíamos dejarnos llevar por nuestra trayectoria formativa pasada. Quizá algunos familiares o tú misma/o decidiste tomar el Bachillerato de Ciencias por "abrirte más puertas al futuro", pero siempre quisiste ser guía turístico en EE.UU. o traductor/a de libros de texto. Si es así, no tengas miedo de modificar tu trayectoria formativa, quizás ahora sea el momento de rectificar y tomar el camino que te lleve a lo que realmente quieres hacer.

En nuestra sociedad, la Universidad es vista en muchas ocasiones como la mejor puerta de acceso al mercado laboral y como un "seguro" de cara al futuro. Sin embargo, esto no siempre es así y actualmente la posesión de un título universitario no garantiza inexorablemente un puesto de trabajo. Por ello, es conveniente plantearse el paso por la universidad como algo optativo y elegible, y no como la continuación obligada del Bachillerato independientemente de lo que se quiera hacer en el futuro. La formación (universitaria o no) y la obtención de un título no debería ser, desde este punto de vista, una meta en sí misma, sino más bien un "puente" que nos conduzca a nuestro objetivo laboral.

También es posible que no conozcas con certeza en qué consisten algunas profesiones. Preguntas cómo ¿Qué hace concretamente un/a trabajador/a social? ¿Qué tareas desempeña un/a historiador/a diariamente? pueden surgirnos en estos casos, y tendremos que investigar en qué consiste claramente dicha profesión. Un recurso que puede sernos de mucha utilidad es preguntar a profesionales que

trabajan diariamente en nuestro campo de interés, pues son las personas que mejor conocen su profesión y podrán darnos una información muy valiosa sobre en qué consiste realmente su puesto de trabajo. Pregunta a las personas de tu alrededor en qué consiste su trabajo, qué tareas concretas realizan y cómo es su día a día laboral. Después de un tiempo indagando en ello, seguramente ya tengas en mente algunas profesiones.

2. Establece los pasos necesarios para conseguirlo

¿Cuál es el camino a seguir para alcanzar mi meta profesional?

Ya tenemos dibujado nuestro objetivo profesional, y ahora debemos encontrar el camino más adecuado para conseguirlo. En primer lugar, piensa en todas las opciones formativas posibles que existen para llegar a esta meta. Puedes empezar elaborando un listado de alternativas que te permitirán llegar a lo que quieres ser en el futuro. En algunos casos este listado puede ser bastante largo, en otras ocasiones estará más restringido.

Por ejemplo, una persona que quiera ser médica/o, tendrá que prepararse concienzudamente para acceder a la universidad, estudiar el Grado en Medicina y realizar la formación como MIR. Otras profesiones pueden tener caminos más amplios y variados, y para muchas ni siquiera será necesario el paso por la universidad. Una persona que quiera dedicarse a la publicidad tendrá diversas alternativas, entre ellas la práctica en empresas, el freelance, un grado en Publicidad, en Marketing o incluso en Psicología. Y alguien que quiera ser Policía tendrá que prepararse la oposición pertinente.

No obstante, puede ocurrir que tengas varias profesiones en mente y todas ellas te parezcan igualmente satisfactorias de cara al futuro. Si es así, podrías pararte a valorar los caminos a seguir para conseguir cada una de esas metas. Algunas preguntas para plantearnos en este momento podrían ser: "¿Qué camino me apetece tomar en la actualidad?" "¿Qué va a suponerme tomar este camino?" "¿Cuánto esfuerzo y tiempo tendré que dedicar a ello? ¿Cuánto estoy dispuesto/a a invertir en esto?" Analiza las distintas alternativas de manera realista, buscando la que más te convenza, sin que esto te suponga en ningún momento una limitación.

3. Establece un plan de acción

¿Qué secuencia de actividades voy a realizar para conseguirlo?

Ahora, debemos operativizar el procedimiento en una secuencia de pasos claros y concretos. Sabemos qué queremos hacer, pero no cómo hacerlo. Es necesario conocer qué organismos se encargan de impartir la formación que necesitas, dónde se encuentran, cuáles son los plazos de solicitud e inscripción, precios, matriculación, documentación necesaria, requisitos de acceso, etc. La mayor parte del trabajo en este momento es recopilar información puramente administrativa y legislativa.

Por ejemplo, si accedes a la universidad por primera vez, o si te estás planteando cambiar de carrera, debes informarte sobre las fechas de inscripción y matrícula, la nota que necesitas para acceder a unos estudios determinados, convalidación de asignaturas, o cualquier otro trámite o procedimiento necesario. En definitiva, este paso consiste en obtener la información sobre cómo hacer el camino.

4. Ponte a ello

En este punto hemos de llevar a cabo la secuencia de pasos que establecimos anteriormente. Debemos saber que la consecución de nuestra meta profesional conllevará cierta dedicación y esfuerzo. Es posible que tengamos que "robar" algo de tiempo a otras actividades y "actualizarnos" en ciertos conocimientos. Nos toparemos con situaciones o materias que nos resultarán complejas, que consumirán gran parte de nuestro tiempo y nos veremos en la obligación de superar. Pero lo esencial de esto es que, si realmente queremos alcanzar nuestra meta profesional, todo esfuerzo y tiempo dedicado valdrán la pena.

Ya hemos tomado una decisión, y ahora hemos de comprometernos con ella. No obstante, también debemos aceptar que esta decisión es cíclica y revisable, y podremos retomarla y hacer las modificaciones pertinentes en cualquier momento que consideremos necesario y oportuno.

Si tras este proceso de autoconocimiento aún tienes algunas dudas o te han surgido nuevos interrogantes, estamos a tu disposición en la Unidad de Psicología Aplicada del SACU, no dudes en contactarnos rellenando el formulario de solicitud de cita en el siguiente enlace:

<https://forms.office.com/pages/responsepage.aspx?id=TmhK77WBHEmpjsezG-bEabF-PponxsNAIKt-a9in3KdUQ01UUUpNVjFYTTUwNDRDWVNFsUNETlhCQS4u&route=shorturl>

