



Más vale prevenir en Orientación Vocacional

Ámbitos de la Orientación Vocacional

- Exploración- conocimiento de sí mismo (a)
- Información sobre la oferta de oportunidades de estudio- carreras –especialidades técnicas- posgrados
- Información del mundo del trabajo- mercado laboral
- Proceso de toma de decisiones- formulación del proyecto vocacional- definición de estrategias- concreción de la elección vocacional

Les sugerimos revisar los artículos de la Sección Orientación Vocacional del Periódico En la Cima de las siguientes ediciones, para profundizar en el contenido de estos ámbitos: 52 (agosto 2010), 55 (mayo 2011), 58 (marzo 2012), 59 (mayo 2012) y 60 (agosto 2012). Este material se encuentra en los Departamentos de Orientación de los colegios, en las Asesorías de Orientación del país, en la Biblioteca Carlos Monge de la UCR y en el COVO-Oficina de Orientación de la UCR, en el Departamento de Orientación y Psicología de la UNA, en la Oficina de Atención Estudiantil del CIDE, en la UNA y en Programa de Orientación Estudiantil de la UNED.

Algunas experiencias a considerar para evitarlas

- Dejar todo para después...para mañana...pasado mañana...otro día será...
- Dejar todo para última hora de manera atropellada, impulsiva, sin buena sustentación.

Una forma de vida poco saludable que provoca el acumulamiento de estrés, "negación" de la realidad en un momento o circunstancia, salidas fáciles a situaciones complejas o importantes, decisiones dejadas al azar o depositadas en otras personas, en vez de asumirlas de manera personal; decisiones repentinas para salir del paso y cumplir con un requisito, por imitación a personas cercanas familiares o amistades, restando responsabilidad e ignorando futuras consecuencias.

- En cuanto a la recolección de información

Cuando se acude a fuentes poco ca-

lificadas... "lo que dicen por ahí", revisada de manera superficial... para salir del paso o para no esforzarse, insuficiente para formarse un criterio sólido, parcializada cuando se suministra privando motivos económicos para atraer clientes, limitada por "pereza de leer", de buscar fuentes alternativas para compararla o para corroborarla, o cuando se espera que le sea suministrada o indicado dónde localizarla y no sucede así, pero tampoco se actúa de manera proactiva para suplir esa carencia.

- En cuanto a la exploración personal



Para revisarse, analizarse, evaluarse sobre su forma de ser, valores, aspiraciones, gustos, habilidades, competencias, conocimientos, carencias, fortalezas...

Evitar el acudir indiscriminadamente a la aplicación de cuestionarios y pruebas con la idea de que los resultados por sí mismos, les indicarán la carrera o especialidad técnica a escoger; las pruebas son medios para guiar la búsqueda de información no fines en sí mismas; no suplen la elección vocacional, lo que pueden y deben suministrar, si están bien hechas, es un **perfil personal** sea de intereses, sea de habilidades u otros aspectos que pretendan medir esos instrumentos, que les permita identificar con **qué tipo o grupo de carreras tienen ustedes concordancia**, para así orientar la búsqueda de información lo más completa posible de esas carreras, hasta lograr la identificación de la preferencia de una o algunas carreras y planteárselas dentro del proyecto vocacional de más largo alcance, estableciendo estrategias para garantizar, en lo posible, que pueda concretarse.

- Sin embargo, creer en ustedes, alimentar la autoestima, la confianza en sí mismos (as), luchar tenazmente por lo que quieren y creen, es la "vacuna" efectiva para obtener el logro de las metas.

Esperen nuestra próxima edición en agosto