

OFTV 0433 " JAIME NUNO"

**FACTORES QUE INFLUYEN EN UNA ELECCIÓN VOCACIONAL**

**NOMBRE DEL DOCENTE:**

**GANDHI YUNUEN ROMERO BENITEZ**



## INTRODUCCIÓN

Es de suma importancia tener conocimiento de la orientación vocacional. Ya que la mayoría de los seres humanos en algún momento de su vida tienen que elegir una profesión la cual ejercerán quizás por el resto de sus vidas y es por esto que tenemos que tener el conocimiento acertado y bien definido de cuál es el desarrollo profesional que se ejercerá.

De eso se encarga la orientación educativa de guiar a los alumnos hacia el camino del óptimo desarrollo profesional basándose en distintas pruebas en las cuales se buscará conocer, las habilidades, aptitudes, intereses, valores y necesidades que el alumno presente.

La mayoría de las veces no se toma en cuenta lo realmente importante a la hora de elegir una profesión, porque llega a influir más el hecho de seguir una tradición familiar, o el nivel económico, la comodidad lo que se tiene más a la mano, lo que puede dar un mayor estatus social, y/o hasta la misma falta de conocimientos acerca de las carreras existentes, es decir hay una gran falta de orientación. Pero, ¿cómo saber, cuáles son las características que se tienen que tomar en cuenta para elegir adecuadamente una carrera? el universo de esta investigación es la orientación vocacional ya que es el tema central de la investigación, que se desarrollaron a partir del análisis teórico de la teoría humanista, desde un enfoque psicológico.

## ANTECEDENTES

La orientación vocacional es un aspecto de importancia en la selección de una carrera, es por ello que la juventud hoy muestra una gran desorientación vocacional, la cual se demuestra con la postergación de la toma de decisiones y la deserción escolar, ya que los jóvenes están optando por dejar de estudiar, por no saber qué profesión elegir. “Descubrir la ubicación que cada uno tiene en la vida y en la sociedad a través de la ocupación laboral que cada uno realiza es un proceso bastante difícil”<sup>1</sup>. Puede decirse que si alguien encontró su vocación cuando elige una profesión, ocupación o actividad tendrá la oportunidad de sentirse realizada en cuanto a su desarrollo profesional.

“La finalidad de la orientación consiste en: lograr que el individuo descubra sus alcances y limitaciones, así como sus posibilidades y dificultades a fin de que se acepte y se conozca tal cual es, y entonces encontrará la actividad adecuada para él”.<sup>2</sup>

Es un proceso de ayuda al estudiante, destinado a conseguir en él un entendimiento de las opciones ocupacionales que existen en la educación y que si puede elegir aquello que cumpla con sus expectativas y características personales. En cuanto a que es la vocación,

---

<sup>1</sup> CARTER, Carol. *Orientación Vocacional*. México: PEARSON, 1997.

<sup>2</sup> MARCUSHAMER, Eva. *Orientación vocacional*. México: Mc Graw Hill, 1998.

es el deseo de emprender una carrera, profesión o cualquier otra actividad cuando todavía no se han adquirido todas las aptitudes o conocimientos necesarios.

### **Orientación vocacional**

Sus orígenes están firmemente relacionados con los servicios de orientación profesional y educativa. En la década de los 50, estas actividades no se consideraban puramente educativas, sino que abarcaban también problemas de ajuste social. “En España desde la Ley General de Educación de 1970 sea prestado especial interés a los servicios de orientación o tutorías, con el firme objetivo de poder ayudar a los jóvenes alumnos a lograr reconocer cuales son las habilidades y potencialidades con las que cuenta para ayudarles en la elección de una profesión”.<sup>3</sup>

Es un proceso mediante el cual se ayuda al estudiante a que conozca cuáles son las distintas opciones en cuanto a profesiones que existen en el mundo de la educación, y qué mediante esto puedo elegir adecuadamente aquella que se adapte a sus intereses y objetivos personales. Es un proceso de ayuda técnica en el que se acompaña y orienta al adolescente para favorecer decisiones reflexivas, no autónomas y críticas, dentro del contexto social.

Se centra en completar el desarrollo de los estudiantes de una forma individual, a través de distintos servicios del aprendizaje escolar, la cual estimula el desarrollo autónomo de la persona y de esta manera aprende a resolver tantos problemas personales como sociales, que pudieran estar frenando todo su desarrollo.

Estas actividades suelen ser practicadas por pedagogos o psicólogos, pero necesita también la participación de alumnos, padres, profesores y hasta de algunos directivos de la institución.

Los profesionales de la orientación Ayudan a los alumnos por ser simplemente parte del proyecto de educación que se maneja en la institución. En las escuelas públicas y privadas los servicios de orientación están organizados como si fueran simplemente propios de la institución, sirven para elegir cursos individuales o hasta para alumnos con alguna dificultad académica. “La vocación suele irse conformando a medida que prestamos una mayor dedicación a determinado tipo de fenómenos, y aunque hay muchos profesionales que llegan a tener una misma carrera, no existen dos vocaciones idénticas, como tampoco existen dos hombres iguales”.<sup>4</sup>

Otra función de la orientación vocacional es la valoración del estudiante, se realizan algunos tests para conseguir el éxito académico, descubrir los intereses profesionales, identificar las actitudes individuales y analizar las características propias de cada alumno, las pruebas son también realizadas para identificar a los alumnos con más ventajas o bien a los que presentan algún problema especial de aprendizaje.

Algunos otros servicios se dedican solamente a proporcionar las alternativas existentes, las posibilidades laborales o bien los programas de actividades sociales.

---

<sup>3</sup>TEODULO GUZMAN, Jesús. *Alternativas para la educación en México*. México: Gernika, 1985.

<sup>4</sup> VILLORO, Luis. *Crear, saber y conocer*. México: siglo XXI, 2004.

Es decir no solamente se trata de conseguir un rol dentro de nuestra sociedad, si no también de elegir lo que será nuestra vida y desarrollo futuro.

Los orientadores trabajan en conjunto con los profesores, coordinando esfuerzos para ayudar a resolver los problemas de los estudiantes y si fuera necesario solicitar la ayuda de otros profesionales para intentar resolver los problemas de carácter personal si éstos se presentaran. “Además de los temas exclusivamente educativos los profesionales de la orientación pueden desarrollar programas específicos con objetivos concretos y procesos de evaluación sistemática que demuestren su eficacia. Estos programas se centran en problemas específicos, como familias divorciadas, abusos de menores. Así como en grupos determinados como minorías étnicas, o personas discapacitadas”.<sup>5</sup> La orientación no sólo se encarga de lo puramente educativo, no es útil sólo para que elijamos una carrera u ocupación, Sino que también Puede ser buena para tratar problemas de índole familiar, psicológica y emocional.

Algunos otros programas se dedican a actividades sociales y actúan con estrategias primarias para ayudar en la resolución de posibles situaciones de conflicto.

### **Importancia de la elección vocacional**

Cuando se inicia el proceso de elección de una profesión es indispensable tener un compromiso muy consciente y reflexivo además de disposición para trabajar en el desarrollo de este.

La importancia de conocer acerca de la orientación vocacional radica en que la mayoría de los seres humanos en algún momento de su vida, tendrán que elegir una profesión, oficio y tendrán que ejercerlo quizás por el resto de sus vidas, de ahí la necesidad de tener conocimiento acertado y bien definido de cuál es el desarrollo profesional que se quiere ejercer.

La orientación educativa se encarga de guiar a los alumnos hacia el camino del óptimo desarrollo profesional basándose en distintas pruebas en las cual es se busca conocer las habilidades, aptitudes, intereses, valores y necesidades del alumno presente. “Dadas las características socioculturales y la amplia gama de itinerarios formativos a seguir, se hace necesario elegir bien las múltiples posibilidades de información disponibles. Así se justifica el importante papel de la acción orientadora, especialmente en su dimensión vocacional”.<sup>6</sup>

La mayoría de las veces no se toma en cuenta lo realmente importante a la hora de elegir una profesión, por que llegue a influir más el hecho de seguir una tradición familiar, aspirar a un nivel económico mayor, o simplemente la comodidad de lo que se tiene más cerca, lo que puede dar un mayor estatus social, o hasta la misma falta de conocimiento que muchas veces se tiene acerca de las carreras existentes, es decir hay una gran falta de orientación. “Por eso es llamada orientación porque es un procesos de ayuda al sujeto para que sea capaz de elegir y prepararse adecuadamente a una profesión o trabajo determinado, implica

---

<sup>5</sup>ALONSO TAPIA, Jesús. *Orientación educativa, teoría, evaluación e interacción*. España, 1997.

<sup>6</sup> GONZALBES, A. *Técnicas para la orientación psicopedagógica*. Madrid: CEPE, 1990.

decisión, formación y la ubicación profesional. Trata de integrar las exigencias personales con las necesidades sociales”.<sup>7</sup>

La elección de una ocupación debe reflexionarse detenidamente, la preparación lleva todos los individuos a poder entender necesidades tanto del mundo externo, cómo del interno de los mismos, es por esto que todos sus años escolares tiene el objetivo de desarrollar todas las herramientas y habilidades con las que cuenta para así poder enfrentar todas las necesidades tanto personales como sociales. “En la medida en que la persona se responsabilice de su tarea, de esa manera se sentirá igualmente realizado, esto porque el desarrollo profesional constituye una parte muy importante del desarrollo personal de cada ser”.<sup>8</sup>

Cuando una persona se siente a gusto con lo que realiza como consecuencia a este grado se siente completamente satisfecho con la ocupación o actividad que esté realizando. “El trabajo también va a significar para los jóvenes un miedo porque este significara una independización”.<sup>9</sup>

Algunos jóvenes se encuentran con la dificultad de no estar convencidos de estudiar una carrera o bien sienten que necesitan más tiempo del que está destinado, para poder decidir qué hacer, esto conlleva, a que el tiempo pasa y que muchos no aceptan el reto de iniciar con sus estudios profesionales o técnicos algunos quizás se justifican diciendo que ya no quieren depender de sus padres y que por lo tanto ya mejor trabajan en lugar de matarse estudiando, pero la realidad es que las circunstancias actuales les ofrecen mayor oportunidad de aquellos jóvenes con alguna carrera profesional o técnica, los salarios dependen muchas ocasiones de la preparación con la que la persona cuenta. en cuanto al desarrollo social también se ve afectado porque una persona que no se prepara es marginada y no tiene la capacidad suficiente para poder mantener a una familia que exige muchas necesidades primarias como alimentación, vivienda, vestimenta, educación, las cuáles conllevan un gasto económico que una persona que no cuente con el trabajo medianamente reeditivo, no podría cubrir.

Ahora el hecho de estudiar una carrera de gran renombre no siempre da la satisfacción y recursos que uno espera, ya que puede ser la mejor carrera del mundo pero si no se cuenta con las aptitudes o con el gusto hacia ella no podrá desarrollarse plenamente.

Es muy fácil saber lo que nos gusta cuando ya lo hemos probado pero decidir antes de comenzar si algo nos gustara o no es por lo contrario muy difícil. La imaginación con la que cuenta un joven es muy rica y a la vez el trabajo en conjunto con los mecanismos de defensa para sentirse menos angustiados por las situaciones que diariamente están viviendo, hace que se adornen las tareas futuras con cualidades inexistentes, evitando así pensar en los obstáculos de su propia realización. Un joven que tiene problemas con sus padres, es feliz en su hogar, va utilizando su imaginación para adornar con muchas virtudes carreras como la de marino o aviador, las cual es podrían permitirle alejarse de su casa, y entregarse de tal manera, que no mire los esfuerzos que estas profesiones requieren Y

---

<sup>7</sup> CASTAÑO, C. *Psicología y orientación*. Madrid: Maroval, 1983.

<sup>8</sup> SERNA GONZALEZ, María Leticia. *Introducción al campo de la orientación*. México: UPN, 2003.

<sup>9</sup> COLEMAN, J. C. y L.B. Hendry. *Psicología de la adolescencia*. España: Morata, 2003.

tampoco toma en cuenta que quizás no reúna las aptitudes necesarias para poder realizar adecuadamente estas carreras.

La satisfacción o insatisfacción De una profesión Radica en el acoplamiento que puede darse entre lo que una profesión exige al individuo y lo que éste puede dar de sí mismo. Una tarea, en sí puede ser desagradable, pero no el fin con que se realiza, ni el sentido que tiene realizar la tarea misma, lo que puede dejar grandes recompensas y agrado la persona que lo realiza. No hay duda de que quizás muchas de las tareas que realiza una enfermera son para muchos, poco agradables, pero si los valores sociales y la calidad de una persona son grandes, estas tareas pueden elevar el sentimiento del deber y realizadas con amor y responsabilidad y hacer sentir a la persona plena y realizada con la labor que está ejerciendo.

Un profesional satisfecho con su trabajo se destaca inmediatamente con un entusiasmo contagioso, acerca de todo lo relacionado con su profesión, incita a los demás a conocer acerca de esta ya que lo ven tan contento con lo que realiza que desean saber qué es lo que lo hace ser tan feliz y tan pleno.

Por esto, las instituciones académicas se están ocupando por brindar una gran diversidad de carreras, ya sean técnicas o profesionales de las cuales se puede elegir alguna. Es por eso que elegir una profesión debe ser un paso a paso, reflexionando, avanzando poco a poco para poder tener la lección más satisfactoria real y madura porque no sólo se está preparando para las demandas sociales futuras, sino también para las personales, que puede llegar a ser mucho más demandantes que las de índole social.

La orientación vocacional constituye una situación de aprendizaje al mismo tiempo que contribuye como una acción preventiva de la vida futura que podría llevar el individuo.

Se le debe enseñar al individuo a pensar, conocer y entender cuáles son las características y potencialidades con las que cuenta para poder crear sus propios conocimientos ya que estas son funciones que precisamente solo el ser humano puede realizar.

### **La madurez y la orientación vocacional**

Durante muchos años se creyó que la orientación vocacional era una actividad que debía programarse para un periodo limitado de la vida de las personas, en el que debía realizarse la elección de ocupación un estudio. Este concepto se ha modificado mucho y del mismo modo que la medicina se ve mejor que prevenir una enfermedad que curarla cuando ya está demasiado arraigada.

Por lo que la orientación vocacional debe ser un servicio permanente y siempre al alcance del niño, del joven y del adulto en todo momento en que lo necesite. Lo que debe evitarse es que la elección ocupacional sea una solución demasiado repentina para un problema ya considerado urgente. Esto ha hecho que la orientación y sus objetivos sean una necesidad tanto en la escuela primaria, como en la secundaria y aun en las situaciones de estudios superiores, pues su misión es que el joven se vaya preparando para su elección principal de carrera que algún día tendrá que hacer.

La orientación debe hacerse siempre en función, información y desarrollo del individuo; pero es evidente que también puede haber beneficios para la comunidad en general, y es

regularmente en la adolescencia cuando se imparte de lleno la orientación vocacional ya que es el periodo que comienza a adquirir tanto madurez física y emocional.

La adolescencia es un periodo muy complejo, lleno de cambios, de desprendimiento, termina cuando el individuo es capaz de decidir por sí mismo sobre su futura vida tanto laboral, familiar y social. Es un periodo de muchos cambios físicos, como el desarrollo de caracteres sexuales, cambios psicológicos, desarrollo cognoscitivo información de su identidad, cambios sociales que se ligan fuertemente con la vocación y los intereses que llevan a una persona a ser parte activa de su comunidad.

Al darse el desarrollo cognoscitivo, el adolescente comienza a comprender que su cuerpo, su manera de pensar, sus ideas, la manera en que lo perciben los demás, no es la misma que cuando era un niño.

En la formación de su identidad renuncia a su mentalidad infantil que hasta el momento tenía. Se enfrenta a un mundo nuevo de múltiples elecciones, cómo elegir un grupo de amigos con sus mismos valores o ideales. Una buena ocupación que los ayude a sentirse y desarrollarse plenamente, una pareja que lo complemente y ayuda a conocerse mejor; sin embargo entre todas las elecciones la que más preocupación da al individuo, pues conlleva un compromiso de por vida es la manera en que la sociedad nos concede una función y nos otorga un estatus, el logro de la identidad y la independencia conduce a los adolescentes a integrarse a lo que ahora será su mundo, el mundo adulto.

Los cambios de la adolescencia ocurren de una manera tan rápida y sorpresiva, que el adolescente crea defensas que se reflejan como cambios de humor, deseo de llenar su mente de música, encerrarse en su habitación, confusión en cuanto a sus sentimientos hacia sus padres; a veces sienten amor y otras resentimiento y enojo.

Desde el punto de vista psicológico la vocación es una forma de expresar nuestra personalidad frente al mundo del trabajo y el estudio y no aparece de repente sino que se va conformando lentamente a medida que se va adquiriendo experiencia, madurez y una mejor visión de la realidad. “La orientación vocacional pretende ayudar a que la persona elabore un concepto adecuado de sí mismo y de su papel en el trabajo. No es un proceso puntual, sino continuo en el tiempo, que persigue como objetivo el desarrollo de la persona”.<sup>10</sup>

Toda esa sensación de confusión es completamente normal, por lo tanto es cuando más apoyo necesitan, el hecho de sentirse incomprendidos y rechazados puede surgir de esa necesidad de reconocimiento que tienen, y si no lo logra con las personas de su comunidad, busca desesperadamente que otro lo reconozcan aunque tenga que formar parte de grupos delictivos, lo cual interfiere negativamente en el desarrollo de su identidad. “Tras todos estos cambios el adolescente dejara de ser a través de los padres para llegar a ser el mismo, para alcanzar su propia identidad, que es algo más que la suma de las identificaciones que ha hecho durante su infancia. La experiencia que el niño va

---

<sup>10</sup> MEIER DE RAMIREZ, A. *Reflexiones para una decisión vocacional*. Caracas

adquiriendo durante todo el proceso de educación le sirve de ayuda para establecer su propio yo”.<sup>11</sup>

El adolescente necesita el apoyo de las personas que son importantes para él, así podrá expresar libremente sus deseos, inquietudes, cualquier tipo de pensamiento que ayuden a la construcción de su identidad.

Algunas de las características que los jóvenes presentan a la hora de decidir son las siguientes:

- Sienten confusión entre lo que es bueno y es malo.
- Tienen muchos cambios de ánimo, a veces pueden sentirse desesperados por no saber lo que quieren o a donde van, no saber si lo que se elige realmente les hará sentir a gusto o solo se hizo para complacer a los padres.
- A veces ni ellos mismos entienden de repente quieren que sus padres les den derechos como adultos, pero no son capaces de cumplir con las responsabilidades propias del estudio.
- Sienten que sus padres no los comprenden están en otra onda, las maneras de pensar y percibir son muy distintas, prefieren estar con sus amigos, que con su familia, pero esto es temporal, con el tiempo cuando seas adulto te volverán a gustar todas las cosas que sólo en familia se disfrutan.

“Para un adolescente definir el futuro no es solo definir qué hacer, si no fundamentalmente definir quién quiere ser y quien no ser. Cuando el adolescente se preocupa solo por el quehacer el orientador tendrá que mostrarle que forma de ser elige o quiere elegir”.<sup>12</sup>

## **FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCIÓN VOCACIONAL**

Las características personales forman parte importante en la elección ocupacional ya que cada individuo debe conocer cuáles son las aptitudes y las limitaciones con las que cuentan, así como las preferencias y expectativas a futuro que tiene. “Los seres humanos proyectamos nuestras vidas generalmente a partir de la adolescencia, que es la etapa en la que comenzamos a especular acerca de nuestra vida profesional”.<sup>13</sup>

### **Características personales**

En la edad de la adolescencia es completamente normal todos los cambios que se están presentando tanto físicos como en su manera de pensar, es lógico que esto causa una gran confusión acerca de quién se realmente esto a la vez puede repercutir en la autoestima, por lo brusco de los cambios que se están viviendo.

---

<sup>11</sup> CAMPOS, Alberto. *Enciclopedia de la psicología*.

<sup>12</sup> BOHOSLAVSKY, Rodolfo. *Orientación vocacional*. Buenos Aires: Nueva Vision, 2002.

<sup>13</sup> DE MONTIJO ITURBE, Luis Felipe y Martha Aurora FLORES. *Formación cívica y ética*. México: Progreso

Autoestima es la apreciación que cada uno tiene sobre sí mismo, después de reflexionar sobre cuáles son los papeles que desempeñamos en nuestras vidas, cuáles son las habilidades con las que contamos, los pensamientos y actitudes que nos rigen, La valoración que tiene el individuo acerca de la personas que considera que es, además de tomar en cuenta la capacidad que tiene de socializar aceptar la manera en que los demás lo ven, con todos sus defectos y virtudes que forman parte de su vida, teniendo siempre respeto por sí mismo y por la gente que le rodea, ya que aceptarse y hasta admirar las limitaciones con las que cuenta asimismo logra aceptar y respetar a quienes le rodean.

Es importante conocer los aspectos relevantes para comprender mejor las características de cada individuo: autoconcepto, autoconocimiento, auto aceptación, autoevaluación y autorespeto.

### **Autoconcepto**

Son todos los pensamientos y sentimientos que cada adolescente tiene sobre sí mismo y que ayudan a definirse como la persona que es, pero también es importante que considere lo que los demás piensan de él, es aquí donde podría formarse un concepto equivocado de sí mismo por las etiquetas que muchas veces utilizan los demás para referirse, de ahí la importancia, qué tienen los padres, los maestros y el orientador la formación de la identidad de cada adolescente. “Es la idea sobre ti mismo que se va desarrollando en la medida en que vas cambiando y se va integrando en la concepción anterior que tenías de ti mismo y con lo que acerca de ti tienen muchas personas y tu ambiente social”.<sup>14</sup>

En nuestro autoconcepto intervienen varios componentes que están relacionados entre sí la variación de uno, afecta a los otros por ejemplo si pienso que soy torpe, me siento mal, por tanto hago actividades negativas y no soluciona el problema, esto se con forma por 3 niveles:

Nivel cognitivo intelectual, se conforma por las ideas, pensamientos, creencias y percepciones que cada uno tiene, se basan en experiencias pasadas y creencias que se tienen sobre sí mismo.

Nivel emocional afectivo, es un juicio que se hace sobre las cualidades personales, sobre lo que a la persona le agrada y desagrada sobre sí misma.

Nivel conductual, la decisión que la persona toma de actuar o de llevar a la practica alguna actividad o conducta.

Hay ciertos factores que pueden llevar a determinar el autoconcepto como la actitud motivación que la persona tiene de reaccionar frente a algunos frente a alguna situación, después de evaluarla, certifica rasgos tanto negativos como positivos e impulsar actuar a contenerse dependiendo la situación. También se toman en cuenta las aptitudes de cada uno como la inteligencia, razonamiento, habilidades, etc., además de considerar la manera en que las demás personas nos ven y nos aprecian.

---

<sup>14</sup> MARCUSHAMER, Eva. *Orientación vocacional*. México: Mc Graw Hill, 1998.

## **Autoconocimiento**

Inicia cuando cada individuo comienza a reflexionar sobre cuáles son los roles que desempeña a lo largo de su vida busca cuáles son las capacidades habilidades con las que cuenta para llevar a cabo las actividades que le interesan y que forman parte de su realización.

En un proceso reflexivo por el cual la persona reconoce cuáles son sus cualidades y características; no puede haber una autoestima bien equilibrada sin un autoconocimiento, por eso tiene gran importancia para el desarrollo personal. Esta basado en aprender a querer a sí mismos, reconociendo las cualidades y defectos que caracteriza a cada uno aceptando lo bueno lo que nos enorgullece y luchando por cambiar disminuir lo que aparentemente está mal o desagrada.

## **Autoaceptación**

Cuando la persona tiene la capacidad de integrar todas las características con las que cuenta incluso, aquellas que no le agradan tanto y que sabe que no puede cambiar la aceptación de uno mismo es indispensable para poder percibir claramente la realidad tal y como es; así poder ser flexibles y tolerantes con los demás y también con nosotros mismos. Lo primero que hay que hacer para auto aceptarse es hacer el mito de que se tiene un solo concepto de sí mismo y qué es o positivo o negativo, esto es un error se puede tener distintas imágenes de sí mismo y estas pueden cambiar en cualquier momento de la vida.

Para que cada persona logre sus objetivos es necesario que analice lo que no le gusta de si mismo para que halle la manera de mejorarlo, seguramente se tienen distintas opiniones sobre la personalidad de cada uno de acuerdo a los distintos puntos de vista, intelectual, físico, emocional y social. “El ser consiente de los comportamientos destructivos para corregirlos y actuar de una manera diferente es el primer paso hacia la autoestima, sentimiento que nace a partir de la autovaloración. Esto puede demostrarse en las personas que se han hecho cirugías estéticas exitosas, pero internamente no sienten conformidad o alegría. No existe cirugía que pueda trabajar la autoestima aunque parezca que es así; si una persona realmente no se quiere, las distintas y variantes para “verse mejor” desde la cirugía estética no podrán ayudarla. Para decidirse a cambiar algo del aspecto personal, hay que pensar primero en que la cirugía estética no alcanza para que el alma este hermosa”.<sup>15</sup>

Solo sintiéndose bien con uno mismo, es decir aceptándose y amándose, se llegará a un equilibrio tal que, aunque no tenga hecha ninguna cirugía, lucirá excelente.

## **Autoevaluación**

Capacidad de sostener una postura crítica ante las experiencias, situaciones y actitudes que vivimos día a día, para tratar de mejorar aquellas que nos resulten un tanto desagradables mediante el uso de las características positivas con las que cada uno cuenta.

---

<sup>15</sup> DIAZ, Carlos. *Educar en valores*. México: Trillas, 2000.

Cada persona tiene la capacidad de poder evaluar aunque a veces no tan acertadamente las capacidades con las que cuenta y que está desarrollando, hay que considerar tanto los aspectos positivos, como los negativos, apoyándose en los primeros, para poder mejorar los segundos, es decir hay que concientizarse para poder calificar adecuadamente y de manera personal las habilidades con las que se cuentan para así mismo adecuarnos a la realidad que se está viviendo para poder encontrar la ocupación o profesión en la que mejor se encaje o la que más se adapte a las preferencias o necesidades actuales del individuo.

### **Autorrespeto**

Este se obtiene con el conocimiento previo de todos los aspectos anteriores, aceptándose incluso las características personales que no sean de todo agradables, respetando los defectos y virtudes y si se respeta uno mismo se podrá respetar a las demás personas.

El respeto comienza en la propia persona, se basa en el conocimiento y la conciencia del propio ser. La causa de todas las debilidades se origina en la ausencia de autorrespeto, la persona se llena de diferentes deseos o expectativas, exigiendo consideración o respeto por los demás. La persona, al hacerse dependiente de fuerzas externas en lugar de sus poderes internos, mide el respeto mediante los factores físicos y materiales, tales como la casta, el color, la raza, la religión, el sexo, la nacionalidad, el estatus y la popularidad, cuanto más se mide el respeto, sobre la base de algo externo, mayores deseo de que los demás tengan un reconocimiento hacia mí. Cuanto mayor es ese deseo, más es víctima del mismo y se pierde el respeto hacia uno mismo y hacia los demás. Si las personas renunciaron al deseo de recibir consideración de los demás y se estabilizarán en el estado elevado de auto respeto, la consideración y respeto lo seguiría como una sombra.

La orientación vocacional puede ayudar mucho a la adolescente. En muchos casos este está terriblemente preocupado por la dirección que debe seguir en su futura ocupación y al mismo tiempo sigue experimentando cambios en su desarrollo, la comprensión de cada uno de los aspectos anteriormente mencionados es de suma importancia para poder guiar y confortar adecuadamente al joven y asimismo ayudarle a que continúe su desarrollo de la manera más correcta y conveniente.

### **Intereses**

Los intereses de las personas tienen gran importancia para la elección de carrera, los intereses varían de acuerdo con las distintas circunstancias que viven los individuos, se pueden definir como el grado de atracción que se siente por las actividades que habitualmente se realiza. Cuando te encuentras con el proceso que te llevará a elegir una carrera, parece que te concentres solo en las actividades que te remontan a alguna profesión en específico aunque no siempre todas las actividades que se realizan tienen relación con alguna tarea ocupacional.

Los intereses son necesidades físicas e intelectuales con los que cada ser humano cuenta, qué hacen a este acto no sólo en su vida personal sino también en la profesional.

Puede darse una combinación con las habilidades o en desacuerdo con estas lógicamente es más viable que suceda lo primero porque de no ser así entonces puede haber conflicto vocacional, el cual sería un poco complicado de resolver pero no imposible. En general cuando se tienen habilidades para algo, también surgen los intereses hacia ese objeto o actividad, pero a veces las personas aún teniendo capacidades para algo por motivos muy

complejos, no sienten el menor interés sobre esto y por lo tanto no desarrollen sus habilidades.

Los intereses suelen establecerse alrededor de los 18 años pero ya desde los 15 comienzan a establecer preferencias hacia ciertas áreas en específico en las cual es el adolescente presta más atención atracción y en las que disfruta más trabajar.

El adolescente debe pensar en qué actividades le gustaría seguir desarrollando a lo largo de su vida es decir, su futuro, para eso tendrá que reflexionar detenidamente sobre las consecuencias de las actividades ante su decisión ocupacional.

Al pensar en intereses se deben considerar todos los diversos tipos de ocupaciones, esto constituye una parte muy importante para elegir una carrera.

Algunas veces los intereses están regidos por el sexo de la persona, o el medio cultural en el que se desarrolla, pues las apariencias que brinda el medio ambiente determinan las actividades que intervienen en el desarrollo de sus intereses.

El interés se distingue por qué te produce curiosidad y le atribuye una importancia mayor que el resto de las cosas. El gusto produce placer entretenimiento y reconforta realizarlo.

Para detectarlos debe dedicarse sólo a la observación de características personales puntuales como actividades de agrado, cosas que te llaman la atención, lo que te entretiene, etc., y no pensando en una carrera determinada, ni menos factores de conveniencia como pros y contras de una elección, ni tampoco consideraciones financieras, etcétera.

Al considerar tus gustos no pueden pensar solamente en asignaturas académicas, sino también en aspectos que al parecer son más que insignificantes detalles. Pueden ser observaciones en cuánto a lo que se considera una habilidad como una aptitud innata o desarrollada o a varias de estas.

En general el gusto por el trabajo lo esencial para llegar al éxito profesional, no se puede lograr una verdadera satisfacción si no te interesa el trabajo que está realizando.

## **Habilidades**

Las habilidades y la capacidad intelectual han sido de gran importancia en el proceso de orientación. “La habilidad es la destreza para ejecutar una cosa o capacidad y disposición para negociar y conseguir los objetivos a través de unos hechos en relación con las personas, bien a título individual o bien en grupo”.<sup>16</sup>

Los individuos tienen potencialmente, distintas habilidades que deben ir descubriendo para desarrollarlas posteriormente. El entrenamiento de estas la dedicación y la motivación llevan a cada uno de los individuos, en los distintos momentos de su vida, a desarrollar al máximo sus talentos.

---

<sup>16</sup> GARCIA PELAYO, Ramón. *Diccionario enciclopédico Larousse*. México: Larousse, 1983.

Las habilidades aptitudes, ocupan un lugar importantísimo en la investigación relacionada con los campos de la educación y la psicología. Se les ha definido como el conjunto de características del individuo que le permiten, mediante capacitación, adquirir determinados conocimientos más fácilmente que otros.

En la práctica se ha descubierto que muchos jóvenes no conocen sus habilidades, ya sea por falta de sensibilidad de los adultos que le rodean y que no se ocupan por señalarles o porque no existe el ambiente propicio para que las ejerciten, este desconocimiento puede llevar al adolescente a una crisis de identidad, pues no tiene respuestas a un sin fin de preguntas cómo: ¿para qué soy apto? ¿para qué me gustaría ser apto? ¿para qué tengo habilidades? Todo esto está muy relacionado con el logro adecuado de una identidad ocupacional.

Se ha descubierto que cuando la familia y la escuela no valoran las actividades que los jóvenes realizan, estos pueden tener muchos problemas para identificar sus habilidades, para decidir en qué situación emplearlas o cuando no hacerlo o para desarrollar aquellas con las que no cuenta.

Se considera a la habilidad como una aptitud innata o desarrollada o varias de estas, al grado de mejora que se consiga mediante la práctica, se le denomina talento. La habilidad, la destreza para ejecutar una cosa o capacidad y disposición para negociar y conseguir los objetivos a través de unos hechos en relación con las personas, bien a título individual o bien en grupo.

## **Valores**

Con valor debe de llevar a la persona que lo posee a sentirse orgullosa, tanto como para defenderlo frente a todas las demás personas. Ante una decisión cada persona se comporta de acuerdo con una escala de valores, pero si el individuo carece de ellos puede sentirse sin rumbo y sin dirección alguna. “Cuando se habla de valores se hace referencia a los ideales que orientan la conducta humana, se refiere a lo que la sociedad valora. Hay valores universales o humanistas y valores propios de cada sociedad, los cuales responden a valores religiosos. Los valores que poseemos nos ayudan a tomar decisiones congruentes y nos ayudan a resistir la presión de otros”.<sup>17</sup>

El conocimiento de las habilidades conlleva necesariamente, a tener una mejor apreciación de uno mismo. Sin embargo, este conocimiento no podría completarse si no se habla de los valores, pues son los que diferencian a cada individuo.

Los valores son muy importantes ya que son los que ayudan a la elección de lo que es propio de cada persona, lo que se considera importante, valioso, necesario e indispensable.

Existen los valores universales como la salud, amor, justicia, amistad, etc. y valores relativos que dependen del momento que se esté pasando.

La revisión de los valores permite conocer, qué es lo que se espera percibir como recompensa el trabajo que se está realizando. Hay quienes valoran el éxito, el prestigio y

---

<sup>17</sup> DICK, Susan. *Planeando tu vida*. México: Ariel, 2005.

el salario como grandes retribuciones; para otros el trabajar al aire libre o en una oficina son las cosas que nos motivan a la hora de la elección ocupacional.

Es importante que se reflexione sobre las características que se admiran de la gente, las condiciones de vida a las que se aspira y en general sobre todas aquellas cosas que son importantes para cada uno.

Los valores están relacionados con las necesidades y se expresan con hechos y acciones, como con la manera de vestir, la forma de relacionarse con las personas, la expresión y la manera de pensar. Están en el individuo desde la infancia, por medio de todas las personas que se relacionan con este.

Ante una decisión cada persona procede de acuerdo a los valores con los que cuenta, así cuando carece de ellos puede sentirse confundido por no saber hacia dónde dirigirse. Muchas veces se dice que las perversiones los actos fuera de lo establecido por la sociedad son resultado de la falta de valores que hacen que la forma de pensar sea incorrecta.

## **Integración**

Es una parte que permite elaborar una autoevaluación en cuanto a las cualidades, potencialidades, valores, intereses, miedos, limitaciones, obstáculos todos los rasgos personales.

El conocimiento de las características positivas y negativas, de los intereses, de las habilidades y limitaciones así como de los valores, será la herramienta con la que se podrá enfrentar la angustia y los miedos a tomar una decisión.

Es difícil poder mostrar el camino que se debe seguir para manejar la angustia, ya que cada persona reacciona de una manera diferente y en distintos tiempos, pero si realmente se complica demasiado el manejo de ésta existen profesionales que pueden ayudar a lograr un mejor manejo de la angustia.

Se debe tomar en cuenta la formación de la identidad, se pueden presentar trastornos en el desarrollo debido a la dificultad de integrar todos los aspectos de la personalidad ocasionando una identidad negativa o la confusión de la identidad.

El aspecto negativo puede aparecer cuando el mundo adulto se muestra intolerante con el adolescente, quién entonces se aísla y pasa a formar parte de los grupos delictivos o marginados para demostrar que sí puede obtener la aceptación que tanto está reclamando.

Así el miedo de no formar adecuadamente su identidad lo llevó a relacionarse con amigos que están en contra de todo lo establecido por la sociedad. En esos momentos, el compromiso de la escuela y de su personal docente con la comunidad, así como la ayuda de especialistas, cobra importancia primordial en la detección y canalización de adolescentes que sufren confusión en cuanto a su identidad.

## **Criterios de elección**

Son las condiciones sociales asociadas con los diferentes campos profesionales. Entre los criterios se encuentran el deseado para trabajar, los instrumentos que se utilizarán para las tareas, los objetos o personas que esperas descubrir en tu espacio ocupacional, las actividades profesionales y el ritmo con que se ejecutan, así como la recompensa que se espera recibir por el trabajo que se está realizando. Cada uno de estos criterios tiene una relación con la personalidad, y así es una manera factible para descubrir las aspiraciones.

Para que las personas logren un aprendizaje significativo se necesita integrar el nuevo conocimiento a sus experiencias personales. Cuando se conocen los criterios, es entonces cuando se puede pensar en opciones de posibles ocupaciones. Hay que ir extendiendo al máximo las posibilidades de acuerdo a las características de la ocupación que más se adapte a las necesidades propias del individuo.

Es necesario realizar una motivación a los jóvenes para que confronten su realidad, así como ofrecerles las herramientas que los lleven al logro de sus objetivos. Es muy importante que se amplíen las posibilidades para que así mismo, el adolescente pueda establecer que es lo que más le conviene y lo mejor se adecue a sus características personales. Es entonces cuando se puede realizar una evaluación de las opciones existentes.

Los criterios de elección surgen a partir de los valores y características de la personalidad de un individuo en su relación con el medio social. Es complicado delimitar los criterios de la elección relacionados con los procesos de decisión pues están ligados directamente a la cultura y comunidad a la que pertenecen.

## **CONCLUSIONES**

Cuando alguien no es feliz en su profesión u ocupación, puede deberse a varias razones; que no haya sido bien orientado y sus intereses y aptitudes no concuerdan con lo indispensable para el desempeño de su ocupación o profesión, sin embargo hay quien nunca está satisfecho, cualquiera que sea la ocupación que tenga, es probable entonces que su desagrado se manifieste también en otras esferas de su vida, como en el amor, en las relaciones sociales, entre otras. Todo esto forma parte de la vida y desarrollo del individuo, por lo que si no se siente a gusto con alguno de estos aspectos importantes de su desarrollo puede tener conflictos en toda su vida.

Después de haber analizado cada una de las características importantes en la elección vocacional, se llegó a la comprensión de que es realmente importante conocer acerca de los distintos elementos que interfieren en el desarrollo del individuo a lo largo de su vida, ya que en base a esto es que se delimitan cada uno de los puntos que intervienen en la elección profesional.

La orientación vocacional es completamente necesaria ya que sin ella, los jóvenes se sentirán como “un barco a la deriva”, ya que no sabrán hacia donde deben dirigirse o encaminar su camino.

Es importante esclarecer cuales son las habilidades con las que el adolescente cuenta para así mismo darle a conocer las ocupaciones que más encajen con sus cualidades, así como también que él exprese cuáles son sus intereses, y así proporcionarle las opciones pertinentes.

Al final hay que hacer una integración de todos los elementos que interfieren en la elección profesional para sí mismo poder llegar al objetivo primordial que es, que el adolescente pueda tener una adecuada "elección", para que así pueda cumplir con un buen desarrollo profesional el cual es parte fundamental de la vida misma de los individuos.

## BIBLIOGRAFÍA

Alonso, Tapia Jesús, "Orientación educativa, teoría, evaluación e interacción", editorial Síntesis, impreso en España, 1997, 422p.

Álvarez, Rojo Víctor, "Orientación educativa y acción orientadora", editorial EOS, impreso en España, 260p.

Bohoslavsky, Rodolfo, "Orientación vocacional", editorial Nueva visión, impreso en Buenos Aires, 2002, 227p.

Bower, Gordon, "Teoría del aprendizaje", editorial Trillas, 2ª edición, impreso en México, 1989, 790p.

Campos, Alberto, "Enciclopedia de la Psicología", edición especial, impreso en España, 210p.

Cardona, Sánchez Arturo, "Formación de valores" editorial Grijalva, 2ª edición, impreso en México, 2000, 167p.

Castaño, C., "Psicología y orientación", editorial Maroval, impreso en Madrid, 1983, 132p.

Colección Psicología y educación, "Orientación vocacional", 80p.

Coleman, J. C., B. Hendry, "Psicología de la adolescencia", 4ª edición. Editorial Morata, impreso en España, 2003, 291p.

Conde, Silvia, "Formación Cívica y ética", editorial Larousse, impreso en México, 260p.  
Consejo nacional teórico de la educación, "cuadernos pedagógicos"

Cortada, Nuria, "El profesor y la orientación vocacional", decimotercera edición, editorial Trillas, impreso en México, 2005, 302p.

De Montijo, Iturbe Luis Felipe, Martha Aurora Flores Escobar, "Formación cívica y ética", editorial Progreso, impreso en México, 184p.

Delval, Juan, "El desarrollo humano", editorial Siglo XXI, impreso en España, 1994, 626p.

Dic, Susan, "Planeando tu vida" editorial Ariel, 7ª edición, impreso en México, 2005, 413p.

Diaz, Carlos, "Educar en valores", editorial Trillas, impreso en México, 2000, 166p.

Farre, Martí Joseph, "enciclopedia de la psicología", 1ª edición, editorial Océano, impreso en España, 803p.

Freiberg, Jeromé, "Libertad y creatividad en la educación", editorial Paidós, 3ª edición, impreso en España, 564p.

García, Pelayo Ramón, "Diccionario enciclopédico Larousse", 1ª edición, ediciones Larousse, impreso en México, 1983, 985 p.

Guzmán, Álvarez Rafael, María de Jesús Bautista y otros, "Carpeta de orientación educativa", editorial Edere, impreso en México, 2005, 250p.

Krichesky, Marcelo, "Proyectos de orientación y tutoría", editorial Paidós, impreso en Buenos Aires, 274p.

Lafaraga, Corona Juan, "Desarrollo del potencial Humano", editorial Trillas, impreso en México, 573p.

López, Mira, "Orientación profesional", editorial Kapeluz, 3ª edición, 241p.

Marcushamer, Eva, "Orientación educativa", editorial Mc Graw Hill, 2ª edición, impreso en México, 380p