



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD AJUSCO

**“PROGRAMA EDUCATIVO DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL EN
BACHILLERATO TECNOLÓGICO”**

MODALIDAD: DISEÑO DE UN PROGRAMA O PROYECTO EDUCATIVO.

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

PRESENTAN:

ANA LAURA SEGURA REYES

PAMELA VILLA RAMÍREZ

ASESORA DE TESIS: DRA. REBECA BERRIDI RAMÍREZ

CIUDAD DE MÉXICO

MAYO, 2018

RESUMEN

Se presenta el diseño de un programa educativo de Orientación Vocacional en el bachillerato tecnológico CETIS N°13, dirigido a apoyar la elección de carrera. Con base en la información recabada por medio de observaciones participantes, entrevistas semiestructuradas a los alumnos y al personal del Departamento de Orientación, encuentros informales con los alumnos e incluso algunos comentarios de los mismos, se identificó que los estudiantes no reciben la información y/o preparación necesaria para poder elaborar planes a futuro que contengan los elementos importantes que den sustento a la elección de carrera.

El programa tiene como objetivo beneficiar la formación integral de los alumnos mediante un proceso de acompañamiento del docente o tutor y que contribuya a la elección de carrera a través de la construcción del proyecto de vida.

El presente trabajo propone un programa de Orientación Vocacional en el que los adolescentes sean capaces de establecer objetivos y metas, tomando el proyecto de vida como la herramienta que les facilite el proceso de elección de carrera.

Las sesiones están estructuradas en función de las áreas que se consideran relevantes para la construcción del proyecto de vida, las cuales son personal, interpersonal, profesional.

Agradecimientos

A mis abuelos.

Sin ustedes nada de esto sería posible. Dicen que no podemos escoger a quienes serán nuestros padres, pero yo tuve la fortuna de poder hacerlo, los escogí a ustedes y me correspondieron al aceptarme como su hija. Agradezco a Dios, la oportunidad de tenerlos conmigo este día tan importante para mí, los quiero siempre conmigo y a donde quiera que vaya siempre los llevo en mi corazón y así será eternamente. Gracias por ser mi familia, por todo lo que me han enseñado. Gracias por no hacer ninguna diferencia y por ofrecerme siempre todo a manos llenas, sin importar nada. Ese amor incondicional que sólo de ustedes he recibido, es mi fuerza para seguir adelante, es por eso que este logro es de los tres; estoy feliz de compartir todo esto con ustedes, porque sé que desde hace mucho tiempo lo estábamos esperando. Esto sólo es el principio. Los amo.

A Luna.

Las palabras nunca serán suficientes para describir lo que siento por ti; eres más que una hija para mí, eres mi otra mitad, contigo he aprendido el significado de dar todo por una persona sin condiciones, aprender a querer y a conocer a alguien de los pies a la cabeza y a descubrir la esencia de una persona mirando sus ojos. Sólo tú haces que salga la mejor versión de mí. Eres mi motor para superarme y poder ofrecerte todo lo que te mereces y más. La energía y el amor que nos conecta, es invencible. Todo esto, es por y para ti. Siempre estaré a tu lado, feliz de escuchar tu risa y de ver tu sonrisa. Te amo.

A mi asesora, la Doctora Rebeca y a mi amiga, Ana.

Gracias por creer, por ser y estar. Gracias por las dudas resueltas y por las que creamos juntas también. Me llena de orgullo ser parte de esto. He aprendido mucho de este camino recorrido y ha sido una experiencia personal y profesional, enormemente enriquecedora. Gracias por siempre.

Siempre suya,

Pamela Villa

Agradecimientos

A mis padres por darme la oportunidad de disfrutar, de vivir, y sobre todo de aprender de cada una de las decisiones que he tomado a lo largo de mi vida, muchas acertadas y otras no tanto, pero sin importar el resultado de las mismas ustedes han estado detrás de mí, apoyándome de forma incondicional. Gracias por darme tanto de todo y todo de ustedes.

Agradezco a la vida y a Dios por haberme dado la oportunidad de tener a mi lado a unos seres extraordinarios, gracias papás, por todos los esfuerzos realizados, por confiar en mí, por las palabras de aliento en los momentos que más lo necesitaba, por los abrazos y besos que dejan una huella imborrable en el corazón y el alma; gracias por todo su amor, indudablemente he crecido con el mejor de los ejemplos, mismo que me ha ayudado a ser quien soy hoy en día y que me ha dado las bases para continuar con su legado, y que también, me ayudará para hacer una mejor versión de mi cada día.

Los Amo Eternamente.

Agustín, gracias por todo el amor y apoyo brindado, por no dejarme caer en los momentos difíciles, por siempre alentarme a seguir adelante y no desistir. Agradezco a la vida por habernos puesto en el mismo camino, por darme la oportunidad de estar al lado de un ser humano maravilloso, alguien que sin duda me ha enseñado a luchar por cada uno de mis sueños; de ti he aprendido que en esta vida hay que disfrutar al máximo cada instante y que, si en algún momento algo nos detiene para conseguir esos sueños, lo único que hay que hacer es seguir confiando en nosotros mismos y resistir, al final del día el destino nos pone en el momento y con las personas adecuadas, sólo se necesita luchar.

Gracias por estos años en los que has compartido tu vida y tu tiempo conmigo, por todas las risas, por los malos y buenos momentos; gracias por enseñarme nuevas perspectivas y por mostrarme ese mundo que no conocía. Sé que seguiremos obteniendo todo por lo que hasta ahora hemos luchado, más logros están por llegar.

Te Amo.

Pamela, gracias por confiar en mí y por haber aceptado trabajar en conjunto, por tu amistad y por todo tu apoyo. Que felicidad me da el poder compartir contigo este logro, gracias por poner empeño en la realización de este programa. Gracias por tu tiempo y por siempre estar ahí, por compartir tus conocimientos, y por tu complicidad en todas y cada una de las experiencias vividas. No olvides que eres una mujer fuerte e inteligente, sigue luchando por cada uno de tus sueños, estoy segura de que te aguardan muchas cosas buenas en los años que están por venir, sigue adelante y mantén a tu lado a las personas que te quieren, sin duda esas son las que se convierten en nuestra fuerza para siempre estar mirando al frente.

Te Quiero Mucho.

A la Dra. Rebeca Berridi, gracias por todo el apoyo brindado en la realización de este programa y por confiar en nosotras.

Gracias por haber hecho de este camino algo fácil, por brindarnos su tiempo y disposición para poder alcanzar lo que en algún momento eran ideas sueltas y que ahora se ve reflejado en algo tangible; gracias por todos los conocimientos y consejos dados, por aquellas citas para asesoría que de pronto se volvían charlas íntimas, por las risas y por siempre escucharnos, no cabe duda que la labor que realiza es admirable. Espero que la vida le reditúe tanto de lo que ha brindado a sus alumnos.

La Admiro y Respeto.

Infinitas Gracias

Ana Laura Segura Reyes.

Tabla de contenido.

Introducción.....	7
Referentes conceptuales.	
Capítulo I: La orientación vocacional.....	14
1.1. La orientación educativa frente a la orientación vocacional.....	14
1.2. La toma de decisiones.....	18
1.3. El asesoramiento vocacional.....	19
Capítulo II: El proyecto de vida.....	22
2.1. Concepto del proyecto de vida.....	22
2.2. Objetivos del proyecto de vida.....	23
2.3. Elementos que construyen un proyecto de vida.....	25
2.4. Beneficios de realizar un proyecto de vida.....	31
Capítulo III: La elección de carrera.....	33
3.1. Significado de elegir una carrera.....	33
3.2. Factores que influyen en la elección de carrera.....	34
3.3. Las aptitudes.....	37
3.4. Especialidades del Bachillerato Tecnológico del CETIS No. 13.....	38
Procedimiento.....	41
Conclusiones.....	69
Referencias.....	74
Anexos.....	77

Introducción.

En el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios Plantel #13, la orientación educativa no tiene el mismo valor curricular que el resto de las materias que forman parte de su plan de estudios. Por ello, los alumnos, no le dan la importancia que debería ya que al terminar el semestre solo reciben una constancia de acreditación y no una calificación que tenga algún impacto en su promedio final como otra asignatura.

Blanco y Frutos (2001) mencionan que la orientación vocacional es el conocimiento de sí mismo, del cual forma parte el conocimiento de las ofertas educativas y el mundo del trabajo, que le permiten al sujeto tomar las decisiones más adecuadas para el futuro en el ámbito personal, interpersonal y profesional. Por ello, para que los alumnos no pierdan interés, ni empeño dentro del ámbito profesional, se debe fomentar la toma de decisiones sobre la elección de carrera como parte del proyecto de vida.

Utilizando el proyecto de vida como una herramienta para elección de carrera, es posible mostrar las oportunidades y posibilidades que se tienen al iniciar y concluir el bachillerato, así como también los factores que están implícitos al tomar decisiones personales e interpersonales.

Como mencionan Aracena, Benavente y Cameratti (2002), el proyecto de vida es una construcción permanente que se nutre de las decisiones que se toman día a día, las que van abriendo o cerrando posibilidades para lograr la meta propuesta, y que esto se puede lograr a través del plan de vida, conociendo las oportunidades que se pueden tener y las fortalezas y habilidades adquiridas, se sabrá dónde colocarse y se tendrá la certeza de lo que se está buscando.

La adolescencia es una etapa del ciclo vital donde se producen cambios significativos, pues en ella se sientan las bases de la identidad y del proyecto de vida de la persona (Aracena, Benavente y Cameratti, 2002), es por ello, que en este proceso es necesario descubrirse y tener claridad en lo que se quiere lograr.

Los estudiantes deben demostrar su capacidad de expresarse de manera congruente, clara, directa y equilibrada, con seguridad de dar su opinión, respetando a los demás; hablar de sus sentimientos e ideas y defender sus derechos sin perjudicar a terceros, al tiempo que actúan siempre desde un estado de autoconfianza demuestran ser personas firmes, con claridad en sus anhelos y plenitud en su desarrollo como individuos (Betancourth y Cerón, 2017).

La capacidad de explorar el ambiente con sus posibilidades y oportunidades es una función trascendental de la persona en la dirección de su proyecto de vida. Es por ello que desde edades tempranas, se debe aprovechar la oportunidad de idealizar el futuro pensando de manera realista qué es lo que se puede hacer con las habilidades y oportunidades con las que se cuenta (D'Angelo, 1994).

La toma de decisiones para la elección de carrera es un elemento que no se debe tomar a la ligera, puesto que es una decisión que traerá consecuencias positivas o negativas en determinado momento de la vida. Los jóvenes necesitan ser reflexivos a la hora de decidir lo que quieren hacer y para dónde quieren guiarse, por ende la continuación de sus estudios influye en el proyecto de vida, porque está dirigido a la elección de carrera y al comienzo de una vida profesional activa.

El Instituto Nacional para la Evaluación Escolar reporta que existen dos tipos de deserción escolar; en primer lugar el intracurricular, que es cuando el alumno se va durante el ciclo escolar, y el intercurricular que es cuando los estudiantes abandonan sus estudios entre dos ciclos escolares consecutivos. Según el Sistema para el Análisis de la Estadística Educativa (SISTESEP), en el ciclo escolar 2011-2012, la tasa de deserción en la Ciudad de México es de un 20.5%, sin embargo en el ciclo escolar 2012-2013, el nivel de deserción disminuyó a un 12.3% (Arteaga y Álvarez, 2016).

En el reporte de la Encuesta Nacional de Deserción en la Educación Media Superior del año 2012, se menciona que la deserción es un fenómeno relacionado con la capacidad de atención del sistema educativo, ya que da cuenta de la capacidad que tiene el sistema para brindar los espacios suficientes que

garanticen a la población la adecuada atención en edad escolar. Es por ello, que se considera que brindar un programa educativo que ayude en el desarrollo personal, social y profesional al alumno es de vital importancia, pues el individuo podrá reconocer aquellas capacidades, aptitudes y habilidades con las que cuenta para poder seguir con sus estudios, sin dejar a un lado aquellos factores externos que sin duda son detonantes también para la continuación de los mismos.

De acuerdo con la información de las Estadísticas Básicas del Sistema Educativo Nacional, de los 4'187,528 alumnos que iniciaron el ciclo escolar 2010-2011 en la Educación Media Superior, abandonaron los estudios 625,142, lo que representa una tasa anual de deserción del 14.93 %. Del total de desertores 282,213 fueron mujeres y 342,929 hombres lo que representa 45% y 55% respectivamente, alcanzando una tasa de deserción del 16.67% en hombres y del 13.25% en mujeres (Quiñones, 2012).

La deserción no muestra un comportamiento uniforme dentro de un ciclo escolar, se pueden observar diferencias significativas entre lo que sucede en cada grado. Por ejemplo, el 60.8% de los desertores abandonan sus estudios en el primer año (casi 380 mil alumnos), 26% en el segundo (cerca de 163 mil alumnos) y 13.2% en el tercero (alrededor de 83 mil alumnos). Estas proporciones se mantienen más o menos constantes, si se observan por sexo. Lo anterior sugiere que durante el bachillerato, está presente la existencia de circunstancias asociadas a factores socioeconómicos, culturales o familiares que los estudiantes experimentan durante su etapa escolar, y son los que suelen influir en el abandono o continuación de sus estudios.

Además de esto, la educación tiene un papel central en la formación humana y ciudadana de los estudiantes, que debe de constituirse en pieza clave de la construcción de bases sociales más fuertes y comprometidas. Una tarea medular de autoridades, directores, docentes y padres de familia, consiste en lograr que el camino de los jóvenes a la mayoría de edad corra en paralelo con una creciente

capacidad de asumirse como auténticos ciudadanos, comprometidos, críticos y solidarios (Quiñones, 2012).

Los programas educativos de la materia de Orientación Educativa de la Dirección General de Bachillerato (DGB) indican que la asignatura tiene un enfoque basado en competencias genéricas, disciplinares y profesionales. Las competencias genéricas están dirigidas a la autonomía en el proceso de aprendizaje del estudiante; las competencias disciplinares permiten que los estudiantes se desarrollen en diferentes contextos y situaciones a lo largo de la vida; y las competencias profesionales preparan a los jóvenes para desempeñarse en su vida laboral con mayores posibilidades de éxito.

Dicho programa sigue líneas de acción para su ejecución, entre las que se consideran relevantes son: elevar la calidad de la educación para que los estudiantes mejoren su nivel de logro educativo; y establecer servicios de orientación educativa, tutorías y atención a las necesidades de los alumnos.

Así mismo, los ejes y áreas de trabajo que integran el programa de orientación son:

Ejes: Integración, Prevención y Formación.

Áreas: Psicosocial, Institucional, Escolar y Vocacional.

El CETIS que depende de la Dirección General de Educación Técnica Industrial cuenta con un programa; sin embargo es muy breve, por lo que no alcanza a cubrir la totalidad de las sesiones que contiene el semestre y únicamente utiliza algunos elementos esenciales de dicho programa de forma general, dejando a un lado temas importantes como la elección de carrera.

Dicho programa está construido de manera integral; considera que se debe ir más allá del apoyo individualizado a problemas de aprendizaje y de la orientación vocacional, de tal forma que el profesor/orientador sea capaz de incorporar a los diferentes actores del hecho educativo (maestros, alumnos, directivos y

familiares), tomando en cuenta los factores psicológicos, sociales y culturales que influyen en los alumnos, de manera permanente a lo largo del proceso educativo. Este programa busca favorecer la interrelación de la Orientación Educativa con la Tutoría y el programa Construye T, el cual es parte fundamental en la asignatura del programa de los CETIS, que incluye temas centrados en el ámbito personal, prevención de adicciones, sexualidad, por mencionar algunos.

Por otro lado se encuentran aquellos lineamientos que sirven como eje medular para la diseño del programa que se aplicó en el escenario de prácticas . A continuación se describen los mismos:

1. Integrar a los alumnos a un nuevo entorno escolar.
2. Facilitar el desarrollo personal de los estudiantes.
3. Dar seguimiento y apoyo a los alumnos en relación con sus procesos de aprendizaje y con la realización de su trabajo académico.
4. Propiciar un clima escolar favorable al aprendizaje.
5. Ofrecer orientación vocacional a los estudiantes.

Tomando en cuenta lo que la Dirección General de Bachillerato y la Dirección General de Educación Tecnológica Industrial describen dentro de sus Programas de Orientación, se identifica que pretenden favorecer a los estudiantes durante su proceso educativo, y que a su vez, se propicie que el alumno se reconozca como sujeto, fortaleciendo su proceso en la toma de decisiones, al favorecer en el desarrollo de actitudes, comportamientos y habilidades para su autoconocimiento, todo esto enfocado en el desarrollo integral del sujeto durante la etapa de transición en la que se presentan diversas dudas.

El presente trabajo propone un programa de orientación educativa en el que los adolescentes sean capaces de establecer objetivos y metas reales, tomando el proyecto de vida como un medio que les facilite el proceso de elección de carrera; ya que con lo observado en el CETIS No.13, se identificó que los estudiantes no reciben la información necesaria para realizar un proyecto de vida que esté enfocado en la elección de carrera y que tenga los elementos más significativos

para construirlo, lo que trae como consecuencia desinterés por parte de los estudiantes al cursar una asignatura que además de no tener los créditos correspondientes como otras asignaturas, está conformada por contenido sin un beneficio significativo para ellos que les permitiera enfocar su proyecto de vida a la elección de una carrera profesional, pues se observó también que desde el primer año de bachillerato los estudiantes se muestran inconformes con la especialidad que se les fue asignada en función de promedios, sin tomar en cuenta sus habilidades, capacidades e intereses, y que además tendrán que cursar durante los tres años del bachillerato tecnológico. Como principal problemática ante dicha situación encontramos que los estudiantes de los últimos semestres se muestran inquietos respecto a la elección de carrera que tendrán que hacer.

Es por ello, que el programa está enfocado en cubrir las necesidades de la materia de Orientación Educativa, particularmente en el programa de Tutoría que se establece en dicha institución, el objetivo que se plantea es beneficiar la formación integral de los alumnos mediante un proceso de acompañamiento que contribuya a la elección de carrera a través de la construcción del proyecto de vida.

El programa se conforma en cuatro áreas de trabajo (Psicosocial, Institucional, Escolar y Vocacional) que propone la DGB, y son las guías cada una de las unidades temáticas. Cada unidad temática pretende favorecer el desarrollo integral del estudiante, con la intención de que puedan visualizar los factores que están inmersos al tomar una decisión importante, como es la elección de carrera.

El principal objetivo de la orientación es el desarrollo y la formación integral de los individuos. De acuerdo con Rivas (s/f), en un plantel escolar, la orientación educativa toma a la orientación vocacional para su conjunción en el proceso mediante el cual se ayuda a los alumnos a que obtengan una visión clara de lo que son como personas, para que puedan formular un proyecto personal realista en consonancia con sus capacidades, necesidades, limitaciones y con el entorno social.

La propuesta del programa educativo, objeto de esta tesis tiene el propósito de que el plantel lo considere como el programa de la materia de Tutoría, como medio para dar atención a la necesidad detectada

Los referentes conceptuales que dan sustento a este programa de intervención tienen la finalidad de conformar la información más relevante que guíe y dirija la presente propuesta de programa educativo.

En el primer capítulo, abordamos la Orientación Vocacional, que funge como base en la propuesta del programa. En el segundo capítulo trabajamos el proyecto de vida, que es la herramienta que nos lleva al punto central de este programa y que se encuentra en el tercer y último capítulo: la elección de carrera.

Consecutivo a los referentes conceptuales se encuentra el procedimiento que se llevó a cabo para el diseño del programa, el cual está compuesto de 16 sesiones que corresponden a la totalidad de clases por semestre de la asignatura de Tutoría en el CETIS No. 13.

Posteriormente, se encuentran las conclusiones, en donde se describen las reflexiones, y si hubo o no limitaciones, etc., en la realización de este programa para nosotras como psicólogas educativas; para después encontrar las referencias que fueron consultadas a lo largo del diseño de este material educativo, y al finalizar los anexos de las cartas descriptivas.

Referentes conceptuales.

I. La orientación vocacional.

1.1 La orientación educativa y la orientación vocacional.

La orientación educativa es entendida como aquella disciplina que estudia y promueve a lo largo de la vida todas las capacidades de la persona, con el propósito de que exista una vinculación entre el desarrollo individual con el desarrollo social (Alonso, 2006).

La orientación educativa funge como promotora en el desarrollo de las facultades del individuo de manera integral, específicamente y como menciona Alonso (2006), en el crecimiento de las capacidades intelectuales, emocionales y sociales, así como también en el fomento de los valores humanos, la toma de consciencia sobre la realidad y el compromiso social.

Alonso (2006), hace mención de una serie de postulados referentes a la orientación educativa, los cuales son:

- La orientación educativa como proceso educativo: integra los procesos informativos y formativos, ya que el educador promueve en los alumnos la formación y transformación de sus capacidades.
- La orientación educativa como proceso disciplinar: se le considera con doble función: como disciplina de estudio y como servicio de ayuda; tratándose de una disciplina científica socialmente trascendente a partir de su función de investigación y construcción teórica.
- La orientación educativa como proceso de vinculación sujeto-sociedad: como proceso que acompaña al ser humano a lo largo de su vida. El hombre requiere auto-orientarse en todo tiempo y lugar donde pone en práctica sus capacidades, es aquí donde un experto ofrece la ayuda mediante técnicas adecuadas que contribuyan al desarrollo de las mismas.

- La orientación educativa como proceso integrador: ésta ayuda en la síntesis del proceso en donde se integra lo académico, lo formativo, la orientación escolar, vocacional, profesional, etc., todos ellos como parte de un proceso formativo, continuo y social.

Se puede decir que la orientación educativa define su proceso de ayuda para con los alumnos, como aquella herramienta que asiste en la resolución de los problemas educativos y vocacionales, así como también en el aprovechamiento de las oportunidades educativas y sociales que la institución ofrece a los alumnos, sin dejar a un lado aquellas oportunidades que la sociedad brinda para un pleno desarrollo.

Es de suma importancia ayudar también en la mejora de una vida plena y equilibrada de cada alumno en los aspectos sociales y familiares, esto con el objetivo de favorecer en el mejoramiento de sus relaciones interpersonales ya que éstas generan ciertas influencias en el proceso de toma de decisiones de cada individuo y por lo tanto al tener relaciones de calidad el desarrollo y desempeño del alumno puede rendir buenos frutos tanto en lo académico como en lo personal y profesional.

Como menciona Alonso (2006), la orientación debe ayudar a los alumnos en la adquisición de una idea cada vez más clara y precisa acerca de sí mismos en relación con sus auténticos intereses, rasgos personales y aptitudes, así como también en la elección de objetivos, caminos vocacionales y educativos de acuerdo con sus características personales.

Por otro lado, la orientación vocacional puede definirse como el proceso de ayuda a la persona para que desarrolle y acepte una imagen integrada y adecuada de sí misma y de su rol en el mundo de trabajo, de probar esto en la realidad y convertirlo en un proyecto satisfactorio para sí mismo y para la sociedad (Alonso, 2006).

El proceso de orientación vocacional y profesional es pilar fundamental para llegar a la elección correcta de la futura profesión a nivel superior; por ende, tiene que ser planificado, programado, ejecutado y evaluado. Se identifican dos clases de factores que inciden en el proceso de Orientación Vocacional (Barreno, 2011):

- Factores Internos:

Forman parte de la personalidad del ser humano ayudan a descubrir cuál es la: inclinación, afición, interés, vocación, actitud y aptitud del educando frente a una profesión y ocupación; mismos que dan la pauta para descubrir los intereses vocacionales y que de esa forma los alumnos puedan proseguir las carreras universitarias.

- Factores Externos:

La familia tiene injerencia directa y determinante en el futuro profesional; por ejemplo en la profesión que tienen sus padres, cuya influencia es positiva en cuanto se refiere a intereses, habilidades y vocaciones pre-profesionales y negativas cuando “obligan” a sus hijos en lo que ellos conocen como tradición familiar.

El medio (conformado por compañeros, amigos, colegio, nuevas tecnologías, entre otros), también influye directamente en la elección profesional.

Se considera la orientación vocacional como un área educativa, mediante la cual se decide un proyecto de vida formativo o profesional que es realizado por medio de una secuencia de elecciones u opciones que son planteadas a partir de diversas necesidades, enmarcadas en los contextos familiar y ambiental.

Blanco y Frutos (2001) mencionan lo siguiente:

La orientación vocacional se ha ido convirtiendo en uno de los objetivos prioritarios de un sistema educativo que apuesta por la diversidad y que ofrece importantes vertientes de atención individualizada en el desarrollo de

los procesos educativos e impregna los currículos de elementos tendentes a facilitarla.

En este sentido, el objetivo de apoyar a los alumnos de bachillerato en el proceso elección de carrera tomando al proyecto de vida como una herramienta, tiene como meta que los estudiantes clarifiquen las ideas que tienen con respecto a sus actitudes y aptitudes ante la vida.

El desarrollo vocacional es un proceso que está relacionado con el concepto de sí mismo, situándose en la adolescencia, ya que está caracterizada como una etapa de búsqueda y exploración, en donde se trata de encontrar oportunidades para conocer aspectos con los que se pueda identificar y explorar lo ocupacional y el autoconcepto (Alonso, 2006).

Para ejemplificar de manera más clara y precisa el lugar que ocupa la orientación vocacional dentro de la vida de los jóvenes, se usará la siguiente tabla que detalla precisamente los elementos más relevantes y significativos de ésta.

Tabla 1.

¿Qué es lo vocacional? ¿Qué tiene que ver con lo ocupacional? ¿Qué puede o debe hacer la orientación?

Si la vocación se hace a través de los aprendizajes. 	La orientación evalúa lo que se ha aprendido y lo que se puede aprender. La orientación, conduce.
Si la vocación es el conjunto de habilidades e intereses para ciertas tareas. 	La orientación la miden, la jerarquizan y señalan aquellas áreas donde se crece; así se rendirá más.
Si la vocación es un proceso de intercambio y síntesis entre disposiciones, tipos de personalidad y resultados de aprendizaje. 	La orientación diagnostica estos tres niveles y trata de correlacionarlos.
Si la vocación se amplía como lo vocacional en todo el desarrollo histórico de una persona, asumida en su autonomía de elección y decisión. 	En este proceso de orientación, lo ocupacional es acto y propuesta que tanto deriva, como propone condiciones a lo vocacional.

Alonso (2006).

La orientación educativa y la orientación vocacional se conjuntan en diferentes momentos de la acción orientadora en las instituciones, ya que ambas apoyan a los estudiantes en el proceso de resolución de problemas ya sean educativos, sociales, familiares y fungiendo también como guías en los procesos de elección de carrera.

1.2. Toma de decisiones en la elaboración del proyecto de vida.

Es un proceso intencional que combina el análisis de la información, la confrontación de alternativas y la valoración de las opciones. Se trata de formarse en el uso de métodos sistemáticos, es decir, estructurados y coherentes con el campo disciplinar, técnico o académico de la decisión; elegir entre las posibilidades, previamente identificadas (Salinas y Rodríguez, 2011). Dentro de la toma de decisiones se ven implicadas tres áreas estas son personal, interpersonal y profesional.

Según Alonso (2006), se enlistan a continuación cuatro tipos de comportamiento en la toma de decisiones por parte de las personas:

1. La persona económica: con carácter fundamentalmente racional en sus decisiones, conoce todas las posibilidades y alternativas, sus ventajas y desventajas, identificando la mejor alternativa.
2. La persona pasiva: consumidora de los intereses y esfuerzos de los vendedores; en el caso vocacional el alumno que elige una carrera por influencia de sus padres, amigos, profesores, etc. Es importante que la decisión que sea tomada por la persona sea respetada y apoyada por los demás.
3. La persona cognitiva: representa a la persona pensante, la persona busca y evalúa la información sobre determinadas acciones a decidir, cabe mencionar que al elegir, se corren ciertos riesgos. Una manera de enfrentar

el riesgo es conocer información sobre las alternativas posibles acudiendo a fuentes confiables.

4. La persona emotiva: Es necesario ser conscientes de que los estados emocionales influyen en la toma de decisiones.

Existe una heterogeneidad de personalidades, por lo tanto la orientación vocacional deberá estar planeada de manera flexible y diversa, tratando de que cada uno de los alumnos pueda clarificar todas y cada una de sus ideas desde las diferentes perspectivas, será como brindar un bagaje extenso de opciones y posibilidades al momento de tomar una decisión.

1.3. El asesoramiento vocacional.

Rivas (s/f), menciona que el asesoramiento vocacional puede definirse como:

El proceso estructurado de ayuda técnica, solicitado por una persona que está en situación de incertidumbre, con el fin de lograr el mejor desarrollo de su carrera profesional mediante la facilitación y clarificación de cuanta información relevante sea precisa, para que después de la evaluación de sus propias experiencias y el contraste con el mundo laboral pueda llegar a la toma de decisiones realistas y eficaces.

Por otro lado, el asesoramiento vocacional tiene la pretensión de conjugar adecuadamente la fundamentación teórica y la instrumentación metodológica de que dispone el asesor, tal proceso va desde la identificación del problema y la actividad que se desarrolla respecto a la conducta vocacional del alumno.

Se presentan las siguientes tablas en las que se detalla el proceso del asesoramiento vocacional.

En las tablas 2 y 3, se muestra la información más relevante que forma parte del proceso de asesoramiento, mismo que suele ser un factor clave para la construcción del proyecto de vida y para la elección de carrera.

Es importante tener una guía que ilustre de forma general cómo se puede ejecutar de manera satisfactoria el proceso de asesoramiento vocacional, tomando en cuenta a los dos agentes involucrados (asesorado y asesor), así como un ejemplo de los pasos que se deben seguir para finalizar con la evaluación de las acciones establecidas.

Tabla 2.

Proceso de asesoramiento vocacional.

Asesorado	Tareas del proceso	Asesor
1) Percepción necesidad de ayuda. 2) Confianza/utilidad del proceso. 3) Aceptación plan de acción. 4) Cambios y aprendizaje. 5) Persistencia, realismo, madurez. 6) Seguimiento, experiencias.	1) Delimitación de situación problemática. 2) Definición del problema: estado inicial. 3) Negociación del plan de trabajo. 4) Actividad informaciones significativas. 5) Toma de decisiones. 6) Evaluación: proceso y resultados.	1) Análisis global de las opciones. 2) Apertura y competencia. 3) Apoyo y clarificación. 4) Apoyo en las reformulaciones. 5) Retiro de apoyos. 6) Seguimiento técnico.

Rivas (s/f).

La tabla 3 es un ejemplo de los elementos más significativos que se llegan a abordar en el proceso. Abarcar temas como las aptitudes, la autoconfianza, el autoconocimiento y la toma de decisiones, son de gran ayuda para que el estudiante tenga la mayor claridad posible al iniciar con un asesoramiento vocacional, fijando sus metas con el conocimiento y desarrollo vocacional pertinente con la finalidad de que sean funcionales para sus planes a futuro.

Tabla 3.

Especificación de posibles indicadores personales, contenidos y metas del asesoramiento.

<i>Estudiante</i>	<i>Indicadores</i>	<i>Metas</i>
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Datos personales</i> • <i>Características psicológicas</i> Aptitudes Autoconfianza <ul style="list-style-type: none"> • <i>Características vocacionales</i> Indecisión vocacional. Madurez. Actitudes.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Contenido</i> Información sistema escolar. Información opciones escolares. Mercado laboral. <ul style="list-style-type: none"> • <i>Autoconocimiento</i> • <i>Toma de decisiones</i> • <i>Estrategias aprendizajes específicos.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Conocimiento vocacional</i> Profesión. Planificación. Relevancia académica. Implicación personal. Decisión. <ul style="list-style-type: none"> • <i>Desarrollo vocacional</i> Transición. Consolidación de planes.

Rivas (s/f).

El asesoramiento vocacional tendrá que estar bien dirigido y estructurado, tomando en cuenta los aspectos mencionados anteriormente; ya que se pretende que el alumno que solicite una orientación pueda obtener el apoyo que logre cubrir sus demandas.

II. El proyecto de vida.

2.1. Definición del proyecto de vida.

El proyecto de vida descrito por D'Angelo (1994), es la estructura que expresa la apertura de la persona hacia el dominio del futuro, en sus direcciones esenciales y en las áreas críticas que requieren de decisiones valiosas. Retomando la idea del autor, realizar un proyecto de vida sin duda alguna, es una visión del futuro, se estructura lo que se quiere hacer y cuándo se quiere hacer para tener una idea clara de los logros y objetivos que se desea cumplir. Un proyecto de vida está lleno de decisiones relevantes, que son previstas para lograr o acercarse a un objetivo, si no se tiene claro cómo será el camino o cuál es la meta, todo cambia.

Para llegar a ese dominio del futuro, se tiene que comenzar por el presente, fijar metas a corto, mediano y posteriormente a largo plazo, unas en función de otras, es decir, si la meta a largo plazo es ser un gran nadador, se tendría que empezar por fijar una meta a corto plazo para llegar al objetivo, que podría ser, aprender a nadar, por ejemplo.

Para Velázquez (2010), un proyecto de vida es un esquema que facilita el logro de metas, debido a que se describe lo que se quiere llegar a ser, los puntos principales y los resultados esperados, es por ello que la consulta frecuente a ese plan permite observar con más detenimiento lo que se quiere lograr.

Menciona D'Angelo (1994), que la configuración, contenido y dirección del proyecto de vida, por su naturaleza, origen y destino están vinculados a la situación social del individuo, tanto en su expresión actual como en la perspectiva anticipada de los conocimientos futuros, abiertos a la definición de su lugar y tareas en una determinada sociedad. Todo lo que se quiere hacer se relaciona ampliamente con lo que se es, también se relaciona con el contexto en el que se está inmerso y con lo que se anhela del futuro. Cada decisión que se toma influye en la vida, y dirige el camino, pues esas decisiones tienen impacto en lo que se quiere ser.

La construcción o elaboración de un proyecto de vida forma parte del proceso de maduración afectiva e intelectual y, como tal, supone “aprender a crecer” (Casullo, Cayssials, Fernández, Wasser, Arce y Álvarez, 2000).

Según D’Angelo (1994), el proyecto de vida se distingue por su carácter anticipatorio, modelador y organizador de las actividades principales y del comportamiento del individuo, que contribuye a delinear los rasgos del Estilo de Vida personal y los modos de existencia característicos de la vida cotidiana en todas las esferas de la sociedad, es por ello que lo que se quiere llevar a cabo tiene que ser por iniciativa propia, y se tiene que estar completamente seguro de lo que se quiere, pues esa es la esencia del ser.

La toma de decisiones firmes frente al proyecto profesional logra prevenir y disminuir la deserción universitaria, pues es esta anticipación pieza clave para ayudar a reducir uno de los principales factores que intervienen en esta problemática (Betancourth y Cerón, 2017).

Ospina y Restrepo (2003), mencionan que se debe tener en cuenta que el mañana es incierto, que se van a afrontar problemas para lograr lo deseado, pero se tendrá una mayor capacidad de enfrentar los problemas si se ha trabajado con una visión estratégica del futuro. Esto indica que el proyecto de vida no tiene una estructura inamovible, siempre debe existir un margen de error o algo que haga replantearse lo que se quiere, pero si es una gran ayuda para saber por dónde se van a dirigir los objetivos y metas.

2.2. Objetivo del proyecto de vida.

El objetivo del proyecto de vida es planificar. Tener una estructura de lo que se quiere y pensar y plantear cómo se llegará a los objetivos que se desean. Realizar un proyecto de vida, ayuda a delimitar el propósito que se tiene en la vida, con la intención de lograr algo satisfactorio en el futuro.

Establecer planes futuros, ayuda a organizar el tiempo, emplear aspiraciones y expectativas para aprovechar la vida al máximo, estructurar lo que se quiere para hacerlo sin desaprovechar oportunidades.

Serrano (2004), afirma que los proyectos de vida de hoy tienen que ser constantemente adaptados a las circunstancias cambiantes, o abandonados en favor de otros nuevos, teniendo en cuenta lo que la sociedad y ellos mismos esperan de su futura situación socio-económica. No es que el proyecto de vida sea algo que tiene que permanecer estático siempre, pero si habrá ocasiones en las que la vida tomará un giro inesperado y habrá que replantear como se llegará a la meta deseada, es decir, se modificará la forma de llegar al objetivo, más no el objetivo mismo.

Romo (2008), dice que el proyecto de vida, es una planeación estratégica, que tiene como objetivo llevar a cabo un proceso para decidir antes de que se requiera la acción.

Uno de los grandes objetivos de la realización del proyecto de vida, es llegar a conocer las habilidades y aptitudes con las que se cuenta para la planificación de la elección de carrera. Llegar a conocerse y hacer una reflexión profunda al pensar ¿en qué se es bueno?, muestra que cada persona tiene grandes aptitudes y habilidades para algo, pero también existen dificultades para llegar a ello.

Una vez que se ha delimitado el proyecto de vida, el siguiente paso es llevarlo a cabo buscando las estrategias pertinentes para conseguir un resultado satisfactorio. Para Romo (2008), el éxito considera seis aspectos fundamentales:

1. El éxito es alcanzar las metas que se fijan y no necesariamente alcanzar las metas que los demás consideran como éxito.
2. El éxito es ser capaz de aproximarse paulatinamente a una meta y, al llegar, ser capaz de fijarse casi de inmediato nuevas metas. Ser constante.
3. El éxito consiste en hacer felices a uno mismo y a otros, en contribuir al mejoramiento del entorno y disfrutar de hacerlo.

4. El éxito consiste en lograr bienestar.
5. El éxito consiste en lograr el mayor grado de independencia.
6. El éxito consiste en trabajar con orden, disciplina, pasión y placer en todo lo que se hará.

Es por ello, que se debe trabajar arduamente para alcanzar el éxito deseado; una manera de lograrlo es mediante la elaboración del proyecto de vida dirigido a la elección de carrera, pues sabrá cómo llegar a las metas planteadas y qué se necesita para lograr lo planteado en un sentido personal y profesional; además la constancia y la disciplina son elementos importantes para ser una persona exitosa.

2.3. Elementos que construyen un proyecto de vida.

Para la realización de un proyecto de vida se deben tomar en cuenta elementos funcionales que permitan llevar a cabo un proyecto de vida real, bien estructurado y apegado a la esencia individual, como las posibilidades o recursos disponibles de la persona, el sistema de necesidades, objetivos, aspiraciones, orientaciones (o actitudes), y valores vitales de la persona, todos enmarcados en contexto social múltiple y concreto (D'Angelo, 1994).

La formación para el desarrollo integral de los proyectos de vida, supone la interrelación de los aspectos físicos, emocionales, intelectuales, sociales y espirituales del individuo en la perspectiva de la configuración del campo de las situaciones vitales bajo el prisma crítico-reflexivo-creativo de su acción en las diferentes esferas de la vida social (D'Angelo, 2004).

Para Casullo et. al. (2000), para que una persona pueda elaborar su proyecto de vida deben existir tres tipos de variables:

1. La coherencia personal de la integración individual;
2. Las imágenes rectoras o ideologías de una época determinada;
3. Una historia de vida en función de una realidad sociohistórica.

Estos elementos, permiten tener una idea más clara de lo se quiere plasmar un proyecto de vida, es una manera reflexiva de pensar en lo que se quiere lograr a corto, mediano y largo plazo, y son las bases para comenzar a delimitar metas y objetivos.

Como menciona D'Angelo (2004):

La construcción del futuro personal abarca todas las esferas de la vida, desde la sentimental-amorosa, la socio-política, la cultural-recreativa, hasta la profesional. Todas estas esferas de vida pueden poseer una importancia fundamental en la vida del joven y determinan la formación de orientaciones o direcciones de su personalidad muy significativas.

El proyecto de vida está conformado por varios aspectos, los cuales son importantes para la consolidación del mismo, sin embargo, en este programa, el proyecto de vida es la herramienta que ayudará a los alumnos a elegir una carrera profesional, por lo que únicamente se retoman las áreas que son más representativas para cumplir con dicho propósito (personal, interpersonal y profesional).

Para llevar a cabo un proyecto de vida dirigido a la elección de carrera, supone Romo (2008), que hay tres reflexiones iniciales que se proponen con la finalidad de identificar la misión, vocación y metas:

1. ¿Qué es lo que más te gusta?
2. ¿Para qué tienes más aptitudes?
3. ¿Cuál es el legado que quisieras dejar al mundo?

Cuando hay tiempo para reflexionar acerca de estas preguntas, probablemente se tenga más claridad de lo que se quiere hacer, se empezarán a fijar algunas metas valiosas, así como también saber si se tienen las aptitudes necesarias para lograr lo que se quiere. Este mismo autor menciona que el orden para comenzar con el proceso de planeación sobre el desarrollo de las acciones es el siguiente:

1. Identificar la misión.
2. Visualizar el futuro (clarificar la visión).
3. Determinar metas y jerarquizarlas.
4. Establecer el plan de acción en razón de las metas que se desean alcanzar (plan estratégico para crear el futuro que se desea).
5. Implementar las acciones que se deben desarrollar, supeditando el desarrollo de estas acciones y la solución de los problemas cotidianos al plan estratégico.

Velasco, Durán y Arellano (2015), mencionan algunas características que debe incluir el proyecto de vida; éstas ayudarán a prever obstáculos que pueden estar presentes a lo largo del alcance de las metas y objetivos.

- Coherente: que tenga dirección clara y directa, con los objetivos fundamentales que se desea alcanzar (acciones coherentes que respondan a los objetivos).
- Personal: se deben tomar decisiones, sin dejarse influir por expectativas de terceros, enfocándose a satisfacer las propias necesidades y al logro de objetivos.
- Flexible: deberá existir una revisión periódica para poder adaptar el plan de vida a las circunstancias del momento, desarrollando habilidades que ayuden a enfrentar los retos de la vida.

Castañeda (2005), menciona que hay algunos elementos específicos que se deben tomar en cuenta para la realización del proyecto de vida:

- Conocimiento de uno mismo: ¿Quién soy? ¿Cuáles son mis fortalezas? ¿Cuáles son mis defectos? ¿A dónde voy si no cambio?
- Valores: ¿Cuáles son mis conductas principales? ¿Cuáles son mis conductas o actitudes opuestas a esos valores? ¿Cómo puedo hacer para vencer esas conductas o actitudes?

- Visión: ¿Cuál es mi visión? ¿Cuál es mi sueño?
- Misión: ¿Cuál es mi misión?
- Metas: ¿Cuáles son mis metas en los diferentes aspectos?
 - a) Intelectual: El aspecto intelectual, ayuda a darse cuenta cuál es el tipo de inteligencia que se tiene, esto hará darse una idea del área en el que se puede desarrollar mejor. Fortalecer la mente, hará reflexionar y pensar con claridad sobre lo que se quiere o se puede lograr.
 - b) Afectivo/Emocional: El control de las emociones juega un papel fundamental en la construcción del proyecto de vida. Cuando se logra controlar las emociones, se obtiene lo bien llamado “inteligencia emocional”. En este aspecto, es fundamental pensar con claridad sobre las metas que se tienen a futuro. El resultado de todo esto es programar la mente para que la prudencia venza a los impulsos.
 - c) Familiar: Es importante escuchar a los demás, sin embargo, sin importar el parentesco o la cercanía, no pueden decidir por uno mismo. Se deben fijar metas que alimenten la relación familiar, pues esto ayudará a crecer como personas.
 - d) Social: Se interactúa con personas, todo el tiempo. Al establecer metas en el ámbito social, se pueden encontrar muchas motivaciones para superarse y ganas de salir adelante a través de lo que se ve alrededor.
 - e) Ocupacional: Es en el trabajo dónde más oportunidades se tienen para superarse como personas, por ello, establecer metas claras, permitirá encontrar mejores oportunidades para sobresalir en la vida laboral.

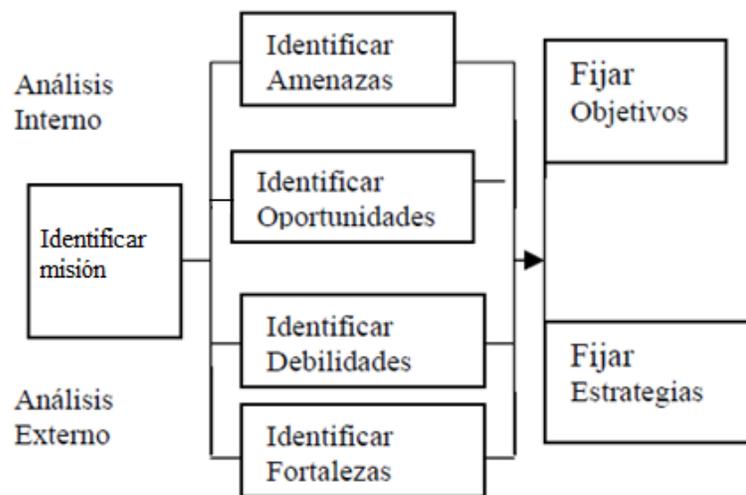
Al tomar en cuenta estos elementos, será más fácil y se verá con más claridad la realización del proyecto de vida, pues al contestar estas preguntas en un modo reflexivo, se tendrá oportunidad de ver qué se quiere lograr, para posteriormente

comenzar a delimitar lo que se quiere pero con mucha más convicción y seguridad y dar paso a la planificación del ámbito profesional.

El proyecto de vida desde un punto de vista más técnico, se encontrarán elementos que son esenciales para su realización. Ospina y Restrepo (2003), mencionan que la planeación estratégica en el campo personal permite abrir espacios de reflexión para identificar las potencialidades y limitaciones actuales para ser explotadas o vencidas y tener un resultado satisfactorio al diseñar un futuro con base en los deseos y aspiraciones que se desean obtener.

El uso de herramientas como el análisis de las Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA), permiten indagar en los aspectos personales las grandes aspiraciones, pues ayudan a observar con detenimiento las amenazas, las oportunidades, las debilidades y las fortalezas, que en conjunto son piezas clave para la formulación de objetivos y metas. Aunado a esto, en la Figura 1 se muestra el esquema que proponen Ospina y Restrepo (2003), para comprender mejor los elementos que forman parte esencial en la realización del proyecto de vida.

Figura 1. Formulación de Estrategias.

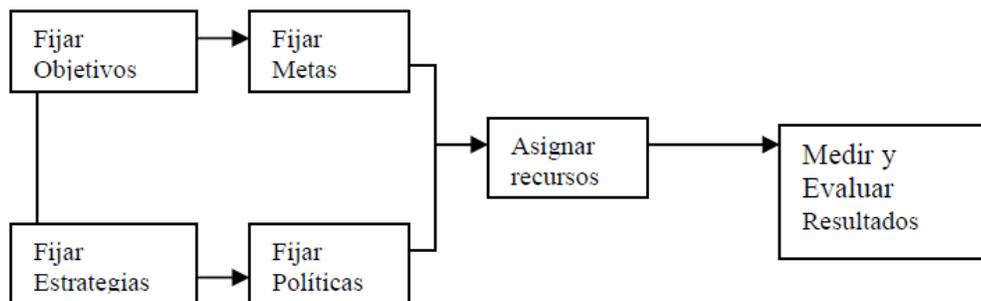


Ospina y Restrepo (2003).

Al terminar con el análisis interno y externo, y una vez que se hayan establecido los objetivos y metas, será más sencillo fijar estrategias que colaboren a llevarlos a cabo.

Este modelo, responde a la oportunidad de tomar decisiones estratégicas al visualizar el futuro de manera organizada y controlable, para observar permanentemente el proceso de crecimiento y desarrollo personal con la finalidad de formar personas centradas en sus objetivos y metas, con un proyecto de vida planificado que permita tener claras las estrategias y recursos para vencer dificultades y potencializar habilidades y capacidades, tal como se esquematiza en la figura 2.

Figura 2. Ejecución de estrategias.



Ospina y Restrepo (2003).

Para facilitar la realización del proyecto de vida, Velasco, Durán y Arellano (2015), sugieren abordar ciertos ámbitos de la vida en diferentes tiempos (corto, mediano y largo plazo), mismos que se encuentran en la tabla 4. En relación a la propuesta que se presenta, únicamente se retoman aquellos que se abordarán en el programa.

Tabla 4.

Guía para elaborar el proyecto de vida.

¿Cómo te ves en el futuro?			
<i>Ámbito</i>	<i>6 meses</i>	<i>12 meses</i>	<i>18 meses</i>
Familia			
Estudio			
Trabajo			
Carrera Profesional			
Amistad			
Autoconocimiento			
Responsabilidad			

Velasco, Durán y Arellano (2015).

2.4. Beneficios de realizar un plan de vida.

Sin lugar a dudas, realizar un proyecto de vida y planificar los eventos más destacados en la vida, tiene un gran impacto para los seres humanos, pues de este modo, el empleo del tiempo será mucho más productivo y se tendrán más y mejores oportunidades para desarrollarse en la vida, principalmente tomando en cuenta el ámbito profesional, que es el más relevante a lo largo de este trabajo.

Para Velázquez (2010), las ventajas de realizar un proyecto de vida, son:

- Lograr independencia y autonomía total como individuo.
- Tener ideas propias de lo que se quiere en la vida.
- Autoconocimiento.
- Jerarquizar necesidades y establecer prioridades.
- Conocimiento de habilidades y desarrollo de otras.
- Lograr un equilibrio entre la vida familiar, personal, laboral y social.
- Renovación constante y logro de nuevos objetivos.

Un beneficio de la realización del proyecto de vida, es que mediante el proceso y con los ajustes que a lo largo de su construcción conlleva, supone la superación positiva de conflictos cotidianos, de situaciones de crisis personal y social inherentes al movimiento mismo de la vida y su dinámica. Se necesitará constantemente una evaluación de los sucesos vitales y la toma de decisiones efectivas (D'Angelo, 2004).

Encontrar la misión que se tiene en la vida, brindará mejoras en la planeación estratégica, identificar la misión es encontrar el sentido de la existencia (Romo, 2008). Este autor también menciona que al delimitar o fijar una misión en la vida, se deben incluir dos principios: la razón de ser y la filosofía de las acciones y valores. Posteriormente los beneficios que se tendrán al establecer estos dos principios en un proyecto de vida son:

- a) Tener claridad en el rumbo de la vida.
- b) Fijar objetivos a corto, mediano y largo plazo.
- c) Diseñar las acciones estratégicas.
- d) Evaluar avances.
- e) Corregir las desviaciones.
- f) Diseñar y construir el futuro.

Cuando se tiene claridad en la misión, y se sabe lo que se quiere ser en el futuro (visión), será más fácil lograr los objetivos, existirá motivación y convicción por lograrlo.

Es importante mencionar que para cumplir el objetivo del programa presentado, la construcción del proyecto de vida, tomará en cuenta los factores más relevantes de las áreas: personal, interpersonal y profesional, mismos que estarán dirigidos hacia la elección de carrera.

III. La elección de carrera.

3.1. Significado de elegir una carrera.

Constantemente se toman decisiones, pero la complejidad de las mismas, cambia según la situación en la que se encuentre. Alonso (2006), menciona que una decisión es la selección de una acción entre varias posibilidades o alternativas; cuando se tienen diversas opciones se tiene que seleccionar una para poder decidir y continuar con las actividades previamente realizadas. Es un hecho que la elección de una carrera es posiblemente una de las decisiones más importantes que se toman a lo largo de la vida y que involucra el crecimiento personal y profesional de un individuo; no resulta ser algo que pueda pasarse por alto, pues se incluyen una serie de factores que se correlacionan y son esenciales para tomar una decisión profesional.

Iriarte (2004), menciona que la elección de la carrera incluye factores como el reconocimiento de metas personales, aspiraciones, intereses, capacidades y valores, el conocimiento sobre la oferta educativa y laboral, el desarrollo de proyectos personales de vida, el aprendizaje de la elección y la toma de decisiones de manera responsable y autónoma y la comprensión del desarrollo profesional como un proceso de toda la vida. Es por ello, que al elegir una carrera, se toman decisiones que marcan el futuro, debido a que se acomoda y se ordena todo para que las cosas y circunstancias funcionen en torno a lo planeado.

Iriarte (2004), afirma que puede ser que se vea la elección de la carrera como una serie de decisiones informativas y aplicación de pruebas vocacionales o que haya personas que realmente noten que sus decisiones de elección de carrera están ampliamente ligadas con su vida.

Loureiro (2010), menciona tres puntos que se deben tomar en cuenta para comenzar con el proceso de la elección de carrera.

- 1) Saber en qué puesto de trabajo se puede sentir a gusto, qué profesión se podría realizar de manera eficaz y cuáles son los valores y circunstancias con que se cuenta.
- 2) Buscar y recopilar información sobre el mundo académico y laboral de las diferentes alternativas que se tienen.
- 3) Aprender a tomar decisiones siendo capaces de identificar las diferentes opciones que se tienen, tomar en cuenta lo negativo y lo positivo y los plazos en los que se quiere lograr.

Para Betancourth y Cerón (2017), el proyecto de vida profesional abarca diversos aspectos, los cuales se ven influenciados por factores como la escasa información, la orientación de los padres y los medios de comunicación, entre otros, es por ello que elegir una carrera profesional dirigida por el proyecto de vida, es una de las decisiones que tienen más peso en la vida de los estudiantes de bachillerato.

Para Alonso (2006), elegir una profesión es una decisión clave que determina la personalidad al ser un punto central en el proceso de la vida; intervienen características propias de la persona, capacidades intelectuales, aptitudes específicas, intereses, valores, necesidades y características de personalidad, por ello, es de gran utilidad conocer las oportunidades laborales que tienen ciertas profesiones e informarse de los requerimientos que son indispensables al momento de tomar una decisión de tal magnitud.

3.2. Factores que influyen en la elección de carrera.

Menciona Nava (2000), que al concluir la preparatoria los jóvenes se encuentran ilusionados, la mayoría de ellos piensa continuar con sus estudios y tienen contempladas algunas profesiones. Sin embargo, hay muchos contextos que pueden influir cuando los jóvenes se encuentran frente a la elección de carrera.

Se deben tener en cuenta los cambios que se producen a través del tiempo en los ámbitos social, político, económico, familiar, cultural, tecnológico, entre otros, los cuales demandan personas aptas para dar respuestas a las exigencias de una sociedad orientada hacia el desarrollo, donde se crea la necesidad de que los jóvenes proyecten su vida profesional y laboral para dar cumplimiento a las demandas actuales de un mundo complejo y globalizado (Betancourth y Cerón, 2017).

Para Villalobos (2015), la familia se conserva por medio de la identidad, la pertenencia, la protección, la seguridad y se reproduce impulsando a la mejora y excelencia de cada miembro y de todos ellos en su conjunto, se regula por medio de la mediación de conflictos, intereses y armoniza las relaciones; es por ello que la familia llega a ser un factor relevante dentro de la elección de carrera, pues son las personas más cercanas en el entorno y sus opiniones y puntos de vista influirán directamente sobre las decisiones que cada individuo tome.

La familia actúa como promotora o inhibidora de la consecución de estudios universitarios. La sobre protección dentro de la familia también impacta negativamente, pues ejerce presión y actúa como limitante en la autonomía de los adolescentes, puesto que no permite hacer una elección realista y son los mismos jóvenes quienes están esperando que sus padres hagan elecciones por ellos (Nava, 2000).

El factor económico, también es un elemento dentro de los puntos que influyen en las elecciones de carrera. Muchas veces, las familias no tienen la solvencia económica para ofrecerle a sus hijos continuar con sus estudios y son los jóvenes quienes tienen que solventar gastos fuertes dentro del hogar por medio del trabajo. Mencionan Muñoz y Suárez (1990), que la educación sigue siendo un privilegio al que se tiene acceso según el origen social, puesto que no todas las personas tienen la oportunidad de seguir estudiando por falta de recursos, de tiempo o incluso por tener responsabilidades más grandes que tienen que atenderse.

La situación económica es un problema que se les presenta a los estudiantes, al no permitir acceder a universidades privadas o tener la necesidad de trabajar y dejar de lado la oportunidad de los estudios profesionales. Igualmente, la incertidumbre al tener que alejarse de la familia por estudiar en otra ciudad o equivocarse de carrera, afecta todas las dimensiones de su proyecto de vida con la indecisión (Betancourth y Cerón, 2017).

La falta de oferta educativa, suele ser un problema dentro de la elección. Es necesario informarse sobre los planes de estudio que contienen las carreras predilectas y asegurarse si es lo que se quiere para el futuro. La información de las instituciones también es fundamental, pues no todas las escuelas imparten todas las carreras, al igual que la demanda que tiene la escuela y las licenciaturas, ya que hay carreras que tienen un índice muy alto de demanda y resulta muy complicado ingresar a las escuelas.

Nava (2000), afirma que hay falta de correspondencia entre el mundo educativo y el mundo del empleo. Muchos de los jóvenes que están decididos por una carrera comienzan a dudar por el ingreso económico que tienen.

Para Loureiro (2010), existen tres tipos de factores que influyen en la toma de decisiones relacionadas con la elección de carrera:

- Factores personales: la autoestima, que influye directamente sobre la decisión que se llegue a tomar puesto que hará que la persona se sienta capaz o no de afrontar determinados estudios; los valores que se relacionan directamente con las profesiones a elegir; la personalidad que ayuda a buscar profesiones que estén ligadas a la forma de ser (sociable, solidario, etc.); las aptitudes que determinan en que se es bueno, las experiencias previas del éxito y el fracaso; la situación económica que se vive; la opinión de la familia y la tradición familiar.

- Factores académicos: el rendimiento académico; la duración de los estudios: la dificultad, metodología y aprendizaje; el plan de estudios de la profesión que se desea estudiar.
- Factores profesionales: la facilidad o dificultad para encontrar un trabajo estable y los tipos de contratos de trabajo que pueden llegar a ofrecer ciertas instituciones.

Realizar una reflexión profunda de los factores que se involucran para elegir una profesión, será de gran ayuda para pensar sobre los elementos con los que se cuenta para decidir y discriminar ideas que no son oportunas para las metas y objetivos planteados.

3.3. Las aptitudes.

Estar consciente de las habilidades y aptitudes que se tienen para poder lograr los objetivos es fundamental. Este tipo de reflexiones deben ser objetivas y realistas para poder lograr establecer un panorama de lo que se es y de lo que se puede llegar a ser.

Las aptitudes están determinadas por dos factores: la genética y el ambiente, ya que se nace con unas determinadas aptitudes que se pueden mejorar con entrenamiento y esfuerzo a lo largo de la vida (Loureiro, 2010).

Hay varios tipos de aptitudes que serán funcionales para la elección de una carrera, pues se podrá saber con qué tipo de aptitudes se cuenta y a partir de ahí será más fácil visualizarse en el futuro. Las aptitudes descritas por Loureiro (2010) son las siguientes:

- Memoria: capacidad para recordar información visual (imágenes, fórmulas, fechas) y auditiva (sonidos) a corto y largo plazo.

- Atención: habilidad para fijarse en información importante sin perder la concentración ni distraerse.
- Razonamiento general: habilidad para relacionar y comparar elementos y conceptos haciendo deducciones y extrayendo conclusiones.
- Aptitud social: habilidad para relacionarse con los demás, convencer, coordinar y liderar a un grupo de personas.
- Aptitud numérica: capacidad para manipular números y solucionar problemas numéricos con rapidez y eficacia.
- Aptitud mecánica: capacidad para comprender, relacionar y resolver cuestiones físicas y mecánicas.
- Aptitud artística: habilidad para expresarse bien mediante el dibujo, la escultura, la fotografía, la pintura, etc.
- Aptitud espacial: habilidad para visualizar y relacionar mentalmente figuras y formas.
- Aptitud verbal: habilidad para expresarse bien y comprender información, tanto a nivel oral como escrito.
- Creatividad: capacidad para generar ideas y contenidos originales y nuevos.
- Aptitudes físicas: condiciones y habilidades físicas para la realización de diferentes tareas en el espacio utilizando el cuerpo.

3.4. Especialidades del Bachillerato Tecnológico del CETIS No. 13.

En relación a los bachilleratos tecnológicos, la DGETI establece que las áreas profesionales que se cursan en cada uno de los planteles a su cargo están encaminadas a una formación bivalente, por una parte el estudiante egresa con una carrera técnica con los conocimientos, habilidades y destrezas para integrarse al sector productivo como técnico profesional y por otra parte ofrece al egresado la posibilidad de continuar sus estudios del nivel superior. Así mismo, las materias propedéuticas que se cursan son prácticamente las mismas que en el bachillerato

general, por lo que se prepara al alumno para estudiar una carrera profesional del nivel superior; incluyendo módulos para la formación tecnológica preparando al estudiante como técnico de nivel medio superior.

El plan de estudios se organiza en seis semestres integrados por asignaturas y módulos que están distribuidos en tres componentes de formación: básica, propedéutica y profesional, cubriendo un total de 2800 horas por semestre en 16 semanas y un trabajo promedio de 30 horas de trabajo académico por semana.

El componente de formación básica con 1200 horas: aborda los conocimientos esenciales de la ciencia, la tecnología y las humanidades, aporta fundamentos a la formación propedéutica y a la profesional y está integrado por asignaturas.

El componente de formación propedéutica con 480 horas: se articula con la educación superior, pone énfasis en una profundización de los conocimientos disciplinares que favorezca una mejor incorporación de los egresados a instituciones de ese tipo educativo y está integrado por asignaturas.

El componente de formación profesional con 1200 horas: es la formación tecnológica; se da a partir del segundo semestre, prepara como técnico del nivel medio superior, se organiza en carreras estructuradas en módulos para desarrollar las competencias profesionales correspondientes al campo de formación profesional de la carrera técnica elegida. Se organiza en tres áreas que permiten la convergencia e integración de los saberes previamente adquiridos: Físico-Matemática; Químico-Biológica y Económico-Administrativa. (SEMS, s/f).

Las áreas de especialidad para el bachillerato tecnológico del CETIS No.13 son las siguientes:

1. Preparación de Alimentos y Bebidas: Derivada de la carrera de Servicios Turísticos, dicha área busca desarrollar o reforzar las habilidades del individuo en relación a la preparación de alimentos, bebidas, productos de panadería y repostería, así como servir al comensal.

2. Servicios de Hospedaje: Permite al estudiante realizar actividades dirigidas al área operativa en deptos. de recepción, reservaciones, grupos y convenciones, ama de llaves, bell boys, cubriendo las expectativas del sector hotelero que se demandan en la actualidad.
3. Contabilidad: Permite al estudiante registrar operaciones contables de empresas comerciales y de servicios operando los procesos contables, a través de sistemas electrónicos, así como registrar operaciones contables de una identidad fabril, determinar contribuciones y asistir en actividades de auditoría.

Cada una de las especialidades que se imparte en el plantel, tiene su propio programa de estudio, abarcando una descripción general de cada carrera, así como la estructura curricular del bachillerato tecnológico, justificación, perfil de egreso y la descripción de cada uno de los cinco módulos que componen la opción técnica.

Es importante mencionar que en la estructura curricular de dichas especialidades, no se incluye la asignatura de Orientación Educativa, a pesar de contar con un programa para esta materia.

Debido a las observaciones que se realizaron en el plantel, a la experiencia que se obtuvo en las Prácticas Profesionales y a la visualización que tenían los alumnos de la Orientación Educativa, se pensó que era importante diseñar un programa que retomara contenidos teóricos y planteara actividades que fueran significativas para el alumnado, tomando en cuenta el momento evolutivo en el que se encuentran los jóvenes y las manifestaciones de dudas que se tenían respecto a la elección de carrera y plan de vida.

Procedimiento para el diseño.

Detección de necesidades.

Durante el periodo de las Prácticas Profesionales que fueron llevadas a cabo en el plantel del CETIS No.13, se identificó por medio de la observaciones participantes, entrevistas semiestructuradas a los alumnos y personal del Departamento de Orientación, encuentros informales con los alumnos e incluso algunos comentarios de los mismos, que los estudiantes no reciben la información y/o preparación necesaria para poder elaborar planes a futuro que contengan los elementos importantes que den sustento a la elección de carrera; ya que desde el primer año de bachillerato se muestran inconformes con la especialidad que se les asignó en función de promedios, sin tomar en cuenta los intereses y las habilidades de los alumnos. La especialidad asignada la deben cursar durante los tres años de su estancia en el plantel para poder concluir satisfactoriamente el bachillerato tecnológico; las especialidades son: Preparación de Alimentos y Bebidas, Servicio de Hospedaje y Contabilidad; dicha situación es relevante dado que no se le da un seguimiento constante, y por ende, las consecuencias son reflejadas en dudas e inseguridades por parte de los alumnos en los semestres posteriores.

Lo anterior trae consecuencias a largo plazo, pues se observó que los estudiantes del último año, comienzan a tener ciertas inquietudes al no estar seguros acerca de tomar la mejor decisión respecto a la elección de carrera, estando a un paso de la educación superior, que formará parte esencial de su desarrollo como personas adultas, ya que no se les brindó la información adecuada para una elección de carrera.

Como resultado de la experiencia y reflexiones en el taller de prácticas, se pensó en proponer un programa educativo que apoye y guíe a los alumnos en el proceso de construcción del proyecto de vida dirigido a la elección de carrera, tomando en cuenta los aspectos que caracterizan a la orientación vocacional. Aunado a esto, se consideró oportuno mostrar la importancia de encaminar a los estudiantes a elegir con prudencia el área de especialidad que formará parte de su desarrollo

profesional durante los tres años que conforman el bachillerato tecnológico, es por ello que dicho programa se propone también demostrar lo importante que es que los alumnos elijan especialidad en función de sus habilidades y aptitudes.

Planteamiento del objetivo general.

Diseñar un programa educativo que oriente y acompañe a los alumnos de quinto semestre de bachillerato durante el proceso de elección de carrera.

Objetivos específicos:

1. Identificar cuáles son los elementos que conforman un plan de vida, conociendo la importancia de su realización.
2. Demostrar la relevancia de la elección de carrera en función de habilidades y aptitudes.
3. Brindar herramientas para lograr que los alumnos del plantel reconozcan los factores personales e interpersonales que influyen en la toma de decisiones profesionales a través del proyecto de vida en quinto y sexto semestre.
4. Apoyar la promoción del reconocimiento de los logros académicos y personales obtenidos por los estudiantes.

Presentación del programa educativo de Orientación Vocacional en bachillerato tecnológico.

La estructura del programa consta de 16 sesiones con una duración de 50 minutos por clase, cubriendo el total de semanas asignadas por semestre, acorde al plan de estudios establecido por la DGETI para los Centro de Estudios Tecnológico Industrial y de Servicios. Las cartas descriptivas se realizaron para cada una de las sesiones. Cada sesión incluye una breve evaluación que permita al docente, orientador o tutor observar los resultados obtenidos al término de la misma, y al finalizar una evaluación general que se llevará a cabo al concluir el programa.

Para el diseño de este programa educativo, es importante mencionar que no tomamos ningún otro programa como modelo, ya que el formato y las actividades de las sesiones (excepto la sesión 8 en la que se da crédito al autor del cuestionario que se aplica) son totalmente de nuestra autoría. Integración y búsqueda de lo aprendido en la carrera

Delimitación de contenidos.

Las sesiones están estructuradas en función de las áreas que se consideran relevantes para la construcción del proyecto de vida, mismas que la Dirección General de Bachillerato expone en su programa, éstas son: Institucional, Escolar, Vocacional y Psicosocial; las cuales se toman como apoyo para la delimitación de las áreas que constituyen este programa educativo, las cuales son Personal (4 sesiones), Interpersonal (2 sesiones), Profesional (4 sesiones) y el conjunto de las tres anteriores corresponden a una cuarta área (4 sesiones).

Lo anterior integra las siguientes unidades temáticas.

UNIDAD 1: Personal.

Se refiere a factores como la autoestima y la autoconfianza, los valores, la personalidad, las aptitudes, las experiencias, la consciencia de las emociones y la regulación emocional, así como también a factores de tipo emocional como los gustos y las preferencias, las expectativas y aspiraciones y los intereses y la satisfacción (González y Soler, 2009).

En esta unidad, se pretende que los alumnos conozcan los componentes básicos para la realización del proyecto de vida y que puedan ubicar con claridad las características que los forman como personas únicas e irrepetibles.

Los temas que se abordarán durante las sesiones 2, 3, 4 y 5 son los siguientes:

- Autoconcepto y autoimagen.
- Identidad.
- Análisis las Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA).
- Toma de decisiones.

Es importante mencionar que dichos contenidos fueron elegidos en relación a lo que nos interesa conocer y fortalecer en los estudiantes, temas que tienen relevancia en la personalidad de cada uno y los cuáles dan paso a la integración de diversos aspectos que propician el desarrollo integral de los alumnos.

UNIDAD 2: Interpersonal.

Consiste en relacionarse y entender a otras personas. Armonizar y reconocer las diferencias entre las personas. Interactuar efectivamente con una o más personas, amigos, amigas y familiares, sensibilidad y entendimiento con relación a los sentimientos, puntos de vista y estados emocionales de otras personas, habilidad para mantener buenas relaciones con la familia, amistades y con la gente en general, tomar liderazgo entre otras personas para resolver problemas e influenciar decisiones. Se refiere a la posibilidad de identificar y establecer distinciones entre los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones de quienes que se encuentran alrededor (Gardner, 1987).

Esta unidad está centrada en el entendimiento con relación a las opiniones de los demás y puntos de vista, con la intención de analizar qué papel juegan otras personas para resolver problemas e influenciar decisiones personales y profesionales.

En las sesiones 6 y 7 los siguientes temas son abordados con la finalidad de poder reconocer cómo es que los anteriores tienen un impacto en la forma en la que los estudiantes se relacionan con su entorno y las personas con las que tienen una relación tanto en el contexto educativo, el familiar y social.

- Rol familiar.

- Relaciones familiares y amistosas.

UNIDAD 3: Profesional.

Este ámbito se refiere a lo que implica el proceso de la elección de la carrera, o simplemente decidir continuar con los estudios. Habla sobre buscar y obtener un empleo, tomando en cuenta factores como las capacidades y habilidades que se necesitan para conseguirlo (González y Soler, 2009).

Se enfoca en ofrecer alternativas que faciliten el proceso de elección de carrera y contribuir a que los alumnos conozcan las áreas de oportunidad que tienen disponibles, fomentando el análisis de las capacidades y habilidades que se necesitan para conseguirlo, y la influencia de factores como la oferta educativa, la orientación vocacional, las áreas profesionales y el establecimiento de metas y objetivos esenciales para la realización del proyecto de vida.

En las sesiones 8, 9, 10 y 11 se abordan los temas presentados a continuación:

- Orientación vocacional.
- Áreas profesionales.
- Oferta educativa.
- Aptitudes.
- Metas y objetivos.

UNIDAD 4: Conjunto de las áreas personal, interpersonal y profesional.

Se espera que las tres áreas en conjunto, faciliten el proceso de la elección de carrera profesional, mediante la construcción del proyecto de vida de cada uno de los alumnos, impulsando a los jóvenes a que planifiquen y decidan cautelosamente sus acciones futuras.

Durante las sesiones 12, 13, 14 y 15 se llevará a cabo la realización del proyecto de vida, retomando cada uno de los temas abordados a lo largo de las sesiones

anteriores; cabe mencionar que el proyecto de vida lo tomamos como una herramienta que ayude al estudiante a clarificar su decisión para elegir una carrera profesional.

- Proyecto de vida.

Evaluación y seguimiento.

La evaluación del programa se llevará a cabo por parte de los estudiantes al contestar en la sesión 1 y sesión 16, el cuestionario diagnóstico, mismo que nosotras diseñamos, y que se brinda con la intención de observar y hacer una comparación entre los conocimientos que tenían previo al programa y el cambio realizado al término de las 16 sesiones. De esta manera, se podrá visualizar lo aprendido por los estudiantes de bachillerato tecnológico durante la aplicación del programa.

Es importante mencionar que la evaluación del programa está basada en el modelo de empoderamiento de Zimmerman, que a decir de el dicho modelo es un constructo de fortalezas y capacidades individuales con las que el individuo cuenta para el logro de sus metas, así como también aquellas habilidades con las que cada uno cuenta, como la relación entre el esfuerzo, la reflexión crítica, el acceso a recursos y control sobre la vida (Silva y Loreto, 2004). Y es en este sentido que los alumnos durante todo el proceso de desarrollo del programa deberán potencializar sobre todo su nivel de reflexión, ya que en cada una de las sesiones la actividad a realizar implica un nivel considerable de autocrítica y reflexión, así como también un nivel de reconocimiento y entendimiento de cada una de las situaciones por las que los alumnos atraviesan en el camino que los llevará a la elección de carrera.

Así mismo, tal proceso evaluativo no será únicamente de manera individualizada, ya que en ciertos momentos se realizarán actividades que implican el trabajo

conjunto y es por ello que concordamos con lo que Silva y Loreto (2004) mencionan: El empoderamiento es un proceso de fortalecimiento mediante el cual los miembros de una comunidad (individuos interesados y grupos organizados) desarrollan conjuntamente capacidades y recursos para controlar su situación de vida, actuando de manera comprometida, consciente y crítica, para lograr la transformación de su entorno según sus necesidades y aspiraciones, transformándose al mismo tiempo a sí mismos. En relación a esto y como mencionamos con anterioridad, concordamos con esta postura ya que consideramos es de suma importancia el trabajo grupal en el cual estén involucrados diferentes puntos de vista, ya que habrá momentos en los que los alumnos compartirán sus propias experiencias y a través de las mismas podrán ser capaces de brindar alternativas de solución a los problemas, y a su vez también podrán ser más conscientes de cada uno de los esfuerzos que han hecho cada uno de ellos para poder alcanzar sus objetivos.

Otro punto importante dentro de la evaluación, es que se tiene el propósito de que los estudiantes elijan con claridad y sabiduría la carrera de su interés para darle continuidad a sus estudios profesionales, es por ello, que al concluir el programa, se podrá evaluar la funcionalidad del mismo al observar que cada uno de los alumnos pudo plasmar sus planes a futuro en un proyecto de vida que contribuye a la elección de su carrera profesional.

Debido a la naturaleza de los contenidos que se abordarán a lo largo del programa, es complicado establecer una forma de evaluar a los estudiantes numéricamente, por lo que se recomienda que en la evaluación se consideren factores relevantes como la participación, el desempeño individual, el trabajo en equipo y finalmente la reflexión personal que se mostraron a lo largo de las sesiones.

Al término del programa, se recomienda realizar una breve encuesta para conocer la cantidad de alumnos que pudieron elegir su carrera profesional, así como también, al egresar saber si se le dio continuidad a los objetivos y metas que se

establecieron con anterioridad en su proyecto de vida, con la intención de darle seguimiento al programa.

A continuación, se presenta el programa educativo de Orientación Vocacional, que se realizó con la finalidad de atender a las necesidades educativas que se manifestaron durante el periodo de prácticas profesionales en el Centro de Estudios Tecnológicos Industrial y de Servicios No. 13.

“PROGRAMA EDUCATIVO DE ORIENTACION VOCACIONAL EN BACHILLERATO TECNOLÓGICO DIRIGIDO A LA
ELECCIÓN DE CARRERA”

Orientación Educativa

Programa de Tutoría

16 sesiones de 50 minutos

Objetivo general del programa de orientación vocacional.

- Lograr que los alumnos del plantel reconozcan los factores personales e interpersonales que influyen en la toma de decisiones profesionales a través del proyecto de vida desde los primeros semestres de bachillerato.

Objetivos específicos del programa.

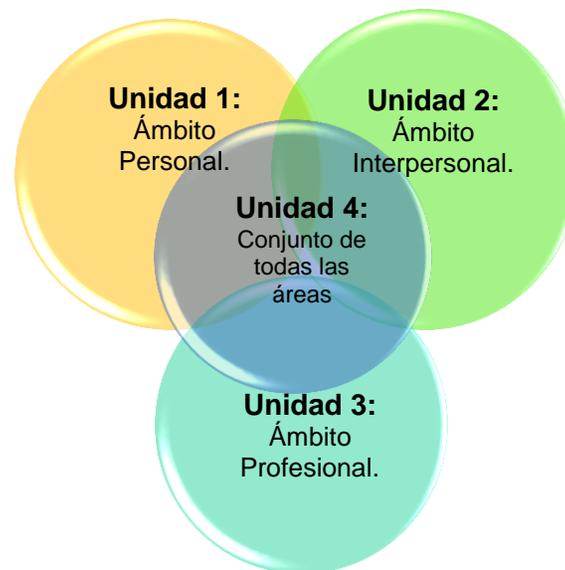
- Promover el reconocimiento de los logros académicos y personales obtenidos por los estudiantes.
- Lograr la construcción de un proyecto de vida de tal manera que el alumno pueda estar comprometido con el proceso personal y educativo en el que se encuentra.
- Orientar y acompañar a los alumnos durante el proceso de elección de carrera.
- Ayudar a los alumnos a que sean capaces de reconocer su autonomía respecto a la toma de decisiones.

Presentación.

El programa que se presenta está enfocado en cubrir las necesidades de la materia de Orientación Educativa, particularmente del programa de Tutoría que se establece en el CETIS No. 13, mismo que tiene como objetivo beneficiar la formación integral de los alumnos mediante un proceso de acompañamiento del agente educativo que imparta el programa y que contribuye a la elección de carrera a través de la construcción del proyecto de vida. El programa se ubica dentro del quinto semestre de bachillerato con la intención de preparar a los alumnos para la elección de una carrera profesional, fomentando la importancia de la realización del proyecto de vida, estructurado acorde a las

habilidades y capacidades de cada uno de los alumnos, sin dejar de lado los intereses personales y profesionales de los mismos.

El programa está estructurado en cuatro unidades temáticas, en las cuales se pretende que los alumnos conozcan los elementos más relevantes que se encuentran inmersos en el proyecto de vida dirigido a la elección de una carrera profesional. Dichas unidades temáticas se presentan a continuación.



La unidad 1, está enfocada en trabajar elementos como la autoestima y la autoimagen, identidad e intereses y las fortalezas y debilidades, así como también factores relacionados con la toma de decisiones, con lo que se pretende que los alumnos conozcan los componentes básicos para la realización del proyecto de vida y que puedan ubicar con claridad las características que los forman como personas únicas e irrepetibles.

La unidad 2, consiste comprender el rol que juega la familia y las amistades en la vida personal y profesional, es una muestra de la forma de relacionarse y entender a otras personas. Interactuar con una o más personas, amigos y familiares, es parte de la cotidianidad humana. Esta unidad está centrada en el entendimiento con relación a las opiniones de los demás y puntos de vista, con la intención de analizar qué papel juegan otras personas para resolver problemas e influenciar decisiones personales y profesionales.

Finalmente, en la unidad 3, se pretende conocer las implicaciones del proceso de la elección de la carrera, se enfoca en ofrecer alternativas que faciliten el proceso y contribuir a que los alumnos conozcan las áreas de oportunidad que tienen disponibles, fomentando el análisis de las capacidades y habilidades que se necesitan para conseguirlo, y la influencia de factores como la oferta educativa, la orientación vocacional, las áreas profesionales y el establecimiento de metas y objetivos esenciales para la realización del proyecto de vida.

En la unidad 4 se espera que las tres unidades en conjunto, faciliten el proceso de la elección de carrera profesional, mediante la construcción del proyecto de vida de cada uno de los alumnos, impulsando a los jóvenes a que planifiquen y decidan cautelosamente sus acciones futuras. Así como también ofrecer la información necesaria para apoyar la toma de decisiones en los alumnos de bachillerato.

SESIÓN # 1

Objetivo: Presentar el programa de Orientación Vocacional y conocer las expectativas que tienen los alumnos sobre el programa.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento								
	Presentación del programa y aplicación de cuestionario diagnóstico.	<p>Realizar presentación del programa.</p> <p>Entregar a los alumnos el cuestionario que consta de 12 reactivos con la finalidad de conocer la información previa que tienen sobre temas relacionados con el proyecto de vida. Dicho cuestionario se encuentra en el anexo 1 de este documento.</p> <p>Al término de la resolución del cuestionario, se les proporcionará una hoja para llevar a cabo un cuadro en donde plasmen de manera escrita las expectativas que tienen sobre el programa, respondiendo a las preguntas que a continuación se presentan; de igual forma se muestra un ejemplo para la realización del cuadro.</p> <table border="1" data-bbox="520 812 1230 977"> <thead> <tr> <th data-bbox="520 812 686 896">¿Qué temas conozco?</th> <th data-bbox="690 812 888 896">¿Qué temas no conozco?</th> <th data-bbox="892 812 1047 896">¿Cuáles son de mi interés?</th> <th data-bbox="1052 812 1230 896">¿Qué espero aprender y/o lograr?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="520 899 686 977"></td> <td data-bbox="690 899 888 977"></td> <td data-bbox="892 899 1047 977"></td> <td data-bbox="1052 899 1230 977"></td> </tr> </tbody> </table> <p>A manera de reflexión y para dar cierre a la sesión, los alumnos compartirán sus diferentes puntos de vista respecto a las expectativas del programa, para que de ésta forma se pueda tener una visión general de aquellas temáticas en las que los jóvenes muestran mayor y menor interés.</p>	¿Qué temas conozco?	¿Qué temas no conozco?	¿Cuáles son de mi interés?	¿Qué espero aprender y/o lograr?					<p>10 min.</p> <p>20 min.</p> <p>10 min.</p> <p>10 min.</p>	<p>Cuestionario</p> <p>“Lo que yo pienso de...”</p> <p>* El cuestionario “Lo que yo pienso de...” mismo que es de nuestra autoría, se encuentra en el anexo 1 de este documento.</p>	<p>Esta sesión se podrá evaluar con la entrega del cuadro al observar una identificación de los temas de interés en relación a una posible elección de carrera.</p>
¿Qué temas conozco?	¿Qué temas no conozco?	¿Cuáles son de mi interés?	¿Qué espero aprender y/o lograr?										

SESIÓN # 2 “Escribiendo mi Historia.”

Objetivo: identificar que los alumnos reconozcan los aspectos favorables y desfavorables relevantes de su vida.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 1: Ámbito Personal.	Autoconcepto y Autoimagen.	<p>Se realizará la presentación teórica sobre el autoconcepto y la autoimagen. La información que sustenta dichos conceptos para dar inicio a la sesión, se encuentra en el apartado de recursos materiales de esta carta descriptiva; estos recursos permitirán que el docente frente a grupo, tenga acceso a diferentes referencias que facilitarán y enriquecerán la exposición del tema.</p> <p>Se explicarán las instrucciones para elaborar una autobiografía.</p> <p>De manera individual, deberán plasmar en una cartulina, los datos y experiencias más importantes que han sido relevantes en el transcurso de su vida personal y académica a partir de la secundaria, es decir, retomarán aquellas situaciones en las que consideren que ha estado en riesgo la continuación de sus estudios o que algo haya afectado su rendimiento escolar; y anotar cuáles momentos o situaciones han sido de ayuda para romper con dichos obstáculos, a su vez anotar sus logros personales y académicos. Pueden realizar el trabajo con dibujos, textos o frases.</p> <p>Cuando terminen de elaborar su autobiografía, de manera muy breve, cada uno de los alumnos platicará al resto del grupo su historia. Deberán hacerlo hablando en tercera persona, como si cada uno de los presentadores estuviera hablando sobre un personaje de la historia. Para el cierre de sesión, se les pedirá a los alumnos que contesten en la parte posterior de su autobiografía, las siguientes preguntas: ¿Cómo te sentiste al realizar la actividad?, ¿Qué piensas de la persona que hablaste?, ¿Te habías dado cuenta de todo lo que has logrado?, ¿Qué te dejó ésta actividad?</p>	<p>10 min.</p> <p>20 min.</p> <p>20 min.</p>	<p>Correa, F., Saldivar, A. y López, A. (Mayo-Agosto, 2015). Autoconcepto y estados emocionales: su relación con la motivación en adolescentes. <i>Enseñanza e Investigación en Psicología. Vol. 20 (2).</i> pp. 173-183.</p> <p>González, J., Núñez, J., Glez, S. y García, M. (1997). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. <i>Psicothema. Vol. 9, (2).</i> pp. 271-289.</p> <p>Gutierrez, M. y Expósito, J. (Agosto, 2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales, y conductas asertivas en adolescentes. <i>Revista Española de Orientación y Psicopedagogía. Vol. 26 (2).</i> pp. 42-58.</p> <p>Vázquez, N. (Septiembre-Octubre, 2012). La autoimagen, nuestro espejo interno. <i>Rompan filas. Vol. 22 (120).</i> pp. 3-13.</p>	<p>Que los alumnos reflexionen respecto a aquellos aspectos positivos y negativos que han vivenciado, los cuales los ayudarán a reconocer las habilidades y capacidades que tienen para lograr sus objetivos. La evidencia de esta reflexión se verá reflejada en el producto que ellos entreguen por escrito, es decir, en las respuestas de las preguntas propuestas.</p>

SESIÓN # 3 “Reconociéndome.”

Objetivo: Apoyar a que los alumnos identifiquen lo que creen, piensan y sienten sobre sí mismos.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 1: Ámbito Personal.	Identidad.	<p>Se dará una explicación general del tema que se abarcará en la sesión (identidad), la información y/o contenidos teóricos que se abordarán en la sesión se pueden localizar en la sección de recursos materiales de esta carta descriptiva. Se mencionarán las instrucciones de la actividad.</p> <p>Deberán pegar varias hojas de papel periódico, tratando de que su silueta quepa en la hoja grande que se formará. Con ayuda de un compañero, trazarán con los plumones la silueta de cada uno.</p> <p>Individualmente, dentro de la silueta trazada del lado izquierdo, escribirán las cosas que les gustan (actividades, gustos, intereses, virtudes) y del lado derecho, lo opuesto. Así mismo dejarán espacio para que su compañero escriba lo que piensa de él en cada uno de los lados, para poder realizar una comparativa de lo que creen los describe como persona.</p> <p>Para finalizar la sesión los alumnos compartirán con el grupo cómo fue su experiencia, respondiendo a las siguientes preguntas: ¿Qué entendí por identidad?, ¿Existen diferencias entre lo que yo pienso sobre mí y lo que los demás opinan?, ¿Cómo logro un balance entre las diferencias, sin dejar a un lado lo que creo, pienso y siento?</p> <p>Se les pedirá a los alumnos de tarea, investiguen qué es un análisis FODA que se retomará en la siguiente sesión.</p>	<p>10 min.</p> <p>30 min.</p> <p>10 min.</p>	<p>Navarrete, Z. (Abril-Junio, 2015). ¿Otra vez la identidad? Un concepto necesario pero imposible. <i>Revista Mexicana de Investigación Educativa</i>. Vol. 20 (65). pp. 461-479.</p> <p>Torres, L., Reyes, A., Ortega, P. y Garrido, A. (Enero-Abril, 2015). Dinámica familiar: formación de identidad e integración sociocultural. <i>Enseñanza e Investigación en Psicología</i>. Vol. 20 (1). pp. 48-55</p>	<p>Saber si los alumnos lograron reflexionar sobre la forma en que se define su identidad por medio de la entrega de la exposición de su trabajo y de la manera en la que respondan las preguntas al final de la sesión.</p>

SESIÓN # 4 “Mi análisis FODA.”

Objetivo: Contribuir a la formación de habilidades y estrategias de los alumnos para que puedan cumplir sus metas, tomando en cuenta sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento								
UNIDAD 1: Ámbito Personal.	Análisis de Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA).	<p>Se les pedirá a los alumnos aleatoriamente que comenten lo que investigaron acerca de análisis FODA previo a la sesión para continuar con la actividad del día.</p> <p>Se brindará una introducción teórica sobre el análisis FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas), se sugiere abordar la información que se encuentra en el apartado de recursos materiales, con la finalidad de hacer explícitas las partes que conforman un análisis FODA para que los estudiantes construyan el suyo.</p> <p>Los alumnos deberán trazar un cuadro dividido en cuatro para que en cada apartado se puedan escribir las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas. Se les pedirá que reflexionen lo que planean responder, para que sean capaces de identificar con mayor facilidad y honestidad lo que se pide.</p> <table border="1" data-bbox="493 922 1201 1008"> <thead> <tr> <th data-bbox="493 922 659 976">FORTALEZAS</th> <th data-bbox="663 922 863 976">OPORTUNIDADES</th> <th data-bbox="867 922 1024 976">DEBILIDADES</th> <th data-bbox="1029 922 1201 976">AMENAZAS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="493 979 659 1008"></td> <td data-bbox="663 979 863 1008"></td> <td data-bbox="867 979 1024 1008"></td> <td data-bbox="1029 979 1201 1008"></td> </tr> </tbody> </table> <p>Para concluir la sesión, los alumnos compartirán en grupos de 4 la información que escribieron en su cuadro y cada uno responderá a la pregunta: Después de la reflexión de mis debilidades y amenazas, ¿Cuál es mi estrategia para conseguir lo que quiero lograr con mis fortalezas y oportunidades?</p> <p>Una vez que mencionaron su análisis FODA, entre ellos realizarán una retroalimentación objetiva que pueda ayudarles a entender y comprender cada uno de los aspectos que consideran relevantes dentro de dicho análisis.</p>	FORTALEZAS	OPORTUNIDADES	DEBILIDADES	AMENAZAS					5 min. 10 min. 25 min. 10 min.	Ospina W. y Restrepo L. (2003). <i>La planeación estratégica un medio eficaz para elaborar y alcanzar el proyecto de vida</i> . Scientia et Technica. Año IX, No 23.	Lograr la identificación de las fortalezas y debilidades de cada alumno a través del análisis por escrito que se realizó; y que a su vez puedan dar opciones de estrategias que les ayuden a potenciar sus habilidades que estarán dirigidas a cumplir sus metas.
FORTALEZAS	OPORTUNIDADES	DEBILIDADES	AMENAZAS										

SESIÓN # 5 “Toma de decisiones”

Objetivo: Que los alumnos identifiquen elementos importantes en la toma de decisiones.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 1: Ámbito Personal.	Toma de Decisiones	<p>Se presentará a los alumnos cuáles son los pasos esenciales para la toma de decisiones que se describen a continuación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Paso 1. Defino el problema o la decisión que debo tomar. • Paso 2. Busco información: ¿Qué necesito saber antes de tomar una decisión? • Paso 3. Identifico alternativas: ¿Cuántos caminos puedo tomar? ¿Cuántas soluciones diferentes existen? • Paso 4. Pienso en las consecuencias y resultados: Tengo que meditar si la alternativa escogida es buena o mala, si me afecta a mí solo o a mis amistades, a la familia, etc. • Paso 5. Escojo la opción más adecuada. • Paso 6. Analizo la decisión tomada: ¿Estoy contento con ella? ¿Qué he aprendido? <p>Se dividirá el grupo en tres equipos. A cada equipo se le entregará en una ficha una situación en la que se plantea un dilema, mismo que deberán analizar con ayuda de los seis pasos expuestos por el docente para elegir la opción correcta. Las situaciones que tendrán que analizar se encuentran en el apartado de recursos materiales dentro de esta carta descriptiva.</p> <p>Para concluir con la actividad, los equipos deberán exponer brevemente el análisis de su historia y sus alternativas para resolver cada situación de forma argumentada.</p>	<p>10 min.</p> <p>30 min.</p> <p>10 min</p>	<p>Los seis pasos en la toma de decisiones. Recuperado de: http://www.smconectados.com/Recursos_didacticos_Mayo_Toma_de_decisiones_Conocer_para_elegir.html</p> <p>SITUACIÓN 1: Álex estudia el último semestre de bachillerato y aún no ha decidido la carrera profesional que elegirá para la continuación de sus estudios universitarios. Sus amigos más cercanos, están seguros de elegir la carrera de derecho, e invitan a Alex a que estudie lo mismo con la intención de que vayan a la misma escuela, sin embargo, esa carrera no es de su agrado y no sabe cómo decirlo. ¿Qué puede hacer Álex para expresar lo que piensa y no quedar mal con sus amigos?</p> <p>SITUACIÓN 2: El papá de Álex espera que estudie una ingeniería, tal como él lo hizo. Álex piensa que no cuenta con las habilidades necesarias para lograrlo ya que las matemáticas se le han dificultado a lo largo de su formación académica. ¿Cómo podría Álex demostrarle a su papá que la ingeniería civil es un área que no es de su interés?</p> <p>SITUACIÓN 3: Álex cursa el primer semestre de la licenciatura en odontología. Con el paso del tiempo se ha dado cuenta de que no está satisfecho con la elección de carrera, ya que sus intereses han cambiado y el área en la que se encuentra, no es lo que esperaba. ¿Qué debería hacer Alex? ¿Cuál es la opción más adecuada?</p>	<p>El análisis de las situaciones expuestas que demuestren que cuentan con las herramientas para poder brindar soluciones o alternativas a diferentes situaciones a las que se enfrenten.</p>

SESIÓN #6 “Plantando mi árbol genealógico.”

Objetivo: Lograr que los estudiantes reconozcan la importancia que tiene la familia en la toma de decisiones.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 2: Ámbito Interpersonal.	Rol de la Familia.	<p>Se brindará información sobre qué es y cómo hacer un árbol genealógico. Explicar teóricamente la importancia que tiene la familia y el rol que juega en nuestras vidas apoyándose de los textos que se sugieren en el apartado de recursos materiales.</p> <p>Deberán dibujar un árbol en una cartulina, en donde ellos representarán las raíces. La familia poco a poco ira apareciendo en el tronco, ramas u hojas. Se rescatará la información más relevante (nombre, parentesco, edad y ocupación) de cada una de las personas que aparezcan en el árbol, y se dará respuesta a las siguientes preguntas a manera de reflexión:</p> <p>Describe una situación en la que te has sentido más apoyado por él/ella en el ámbito escolar.</p> <p>¿Qué es lo que más admiro del rol que desempeña en el área laboral? ¿De qué manera él/ella ha influido en tus decisiones escolares? ¿Qué opinas de la ocupación que desempeña él/ella en el área laboral? ¿Crees que la decisión que tomó para desempeñarse laboralmente, fue acertada? ¿Consideras que cuenta con las habilidades o capacidades para desempeñarse en otra área? ¿Por qué?</p>	<p>15 min.</p> <p>20 min.</p> <p>15 min.</p>	<p>Nava, G. (2000). <i>El imaginario en torno a la elección de carrera. Una estrategia de intervención desde la perspectiva del psicoanálisis</i>. México: Plaza y Valdés.</p> <p>Villalobos, M. (Junio, 2015). La familia: formadora primigenia. <i>Perspectiva Educativa. Formación de Profesores</i>. Vol. 54 (2), pp. 3-19.</p>	<p>A partir de las respuestas de sus preguntas guía donde reflexionen y sean capaces de reconocer aquellos aspectos de uno o varios miembros de su familia, que consideran son relevantes en el momento de tomar una decisión.</p>

SESIÓN #7 “Mi historia y mis recuerdos.”

Objetivo: Ayudar a que los alumnos reconozcan sus logros académicos.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 2: Ámbito Interpersonal.	Relaciones Familiares y Amistosas.	<p>Los alumnos deberán juntar hojas para crear una línea del tiempo en la que quepa toda la información que deseen plasmar.</p> <p>Una vez que hayan realizado la línea del tiempo, deberán dividirla en 2 bloques, uno en donde plasmen todo lo relevante durante su trayectoria escolar en la secundaria, y en el segundo lo referente al bachillerato. Para poder identificar los aspectos más importantes, deberán apoyarse de las siguientes preguntas: ¿Cuáles han sido las situaciones con mayor impacto positivo y/o negativo durante mi trayectoria escolar?, ¿He tenido apoyo para poder sobrellevar o resolver dichas situaciones?, ¿Cuáles han sido los logros más significativos durante estos años escolares?, ¿Cómo puedo seguir cosechando logros académicos y personales que influyan en la continuación de mis estudios?</p> <p>Después haber realizado la línea del tiempo con la información solicitada, cada uno compartirá lo que en ella hay plasmado y una vez que todos hayan expuesto su información, de forma aleatoria comentarán respecto a lo que pudieron identificar y que consideran ha influenciado durante su trayectoria escolar y personal.</p>	<p>5 min.</p> <p>35 min.</p> <p>10 min.</p>		<p>Por medio de las preguntas reflexivas que los llevaron a la construcción de su línea del tiempo, los alumnos deberán lograr la identificación y reflexión de todo aquello que influye en los aspectos académicos y personales.</p>

SESIÓN #8 “Cuestionario de orientación vocacional.”

Objetivo: Conseguir que los alumnos identifiquen los aspectos más relevantes de su vida académica y personal con la finalidad de que éstos contribuyan a la elaboración de su proyecto de vida.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 3: Ámbito Profesional.	Orientación Vocacional.	<p>Teniendo presente la sesión anterior, se brindará una breve introducción sobre la orientación vocacional y sus principales implicaciones, se recomienda apoyarse de los textos de Alonso (2006) y Rivas (s/f), con la finalidad de que los alumnos puedan comprender con claridad el tema abordado por el docente que se encuentre frente al grupo.</p> <p>El cuestionario que se les presenta, tiene la finalidad de que los alumnos sean reflexivos al contestarlo y puedan reflexionar sobre sus respuestas, que los guían a la elección de la carrera profesional.</p> <p>Los alumnos contestarán el cuestionario que se les entregará (Encuesta Vocacional, Anexo 2). Se les pedirá que sean honestos en sus respuestas, con la finalidad de observar con claridad lo que piensan sobre ellos mismos. Es importante aclarar que toda la información plasmada en el cuestionario es completamente anónima y confidencial, animándolos a que sean transparentes al contestar.</p> <p>Se dará un breve espacio para que los alumnos compartan sus dudas y/o comentarios para brindar respuestas acerca del tema expuesto.</p>	<p>15 min.</p> <p>20 min.</p> <p>15 min.</p>	<p>Alonso, A. J. (2006). <i>Manual de orientación educativa y tutoría. Educación media y media superior.</i> México: Universidad La Salle y Plaza y Valdés, S. A. de C. V.</p> <p>Rivas, F. (Ed.) (S/f). <i>Manual de asesoramiento y orientación vocacional.</i> España: Editorial Síntesis, S. A.”</p> <p>* El cuestionario de Orientación Vocacional se encuentra en el anexo 2 de este documento.</p>	<p>Los alumnos realizarán un análisis sobre sus respuestas y podrán utilizar el cuestionario para sesiones posteriores como un apoyo para la facilitación de la elección de carrera.</p>

SESIÓN # 10 “¿A dónde puedo ir?”

Objetivo: Lograr que los alumnos conozcan las áreas profesionales que forman parte de la elección de carrera.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 3: Ámbito Profesional.	Áreas Profesionales	<p>Se brindará a los alumnos la información que les permita conocer qué son las áreas profesionales apoyándose en el texto de Loureiro (2010) que se encuentra en los recursos materiales y posteriormente se dará una breve introducción de cada una de ellas, con la finalidad de que cada alumno, ubique las carreras profesionales más sobresalientes en las diferentes opciones.</p> <p>Los alumnos escribirán en una hoja la o las carreras de mayor interés, y con apoyo de la información dada podrán especificar el área profesional a las que éstas pertenecen.</p> <p>Considerando la carrera de mayor interés para cada uno formarán equipos de acuerdo al área que pertenece la misma.</p> <p>Por equipos, darán una explicación mencionando por qué decidieron integrarse a dicho grupo y cuáles son las carreras que sobresalieron en su equipo.</p> <p>Para finalizar, cada alumno responderá reflexivamente lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describe cómo te sentiste al tener que escoger un área profesional. • ¿Cómo determinaste que es el área profesional adecuada para ti? 	<p>10 min.</p> <p>10 min.</p> <p>20 min.</p> <p>10 min.</p>	Loureiro, R. (2010). <i>Saber para vivir. Cómo elegir mi profesión</i> . Nova Galicia Ediciones.	A través de la explicación que den sobre su elección de área a partir de las actividades, los alumnos identificarán el área y la o las carreras profesionales que son de su interés, por medio de la explicación que se les dará.

SESIÓN #11 “Conociendo mis opciones.”

Objetivo: Mostrar a los alumnos las diferentes ofertas educativas que tienen para la elección de carrera.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 3: Ámbito Profesional.	Oferta Educativa.	<p>Retomando la sesión anterior y las carreras profesionales que sobresalieron, se formarán equipos por carrera. Cada uno de los integrantes deberá traer información sobre la licenciatura que eligieron (principales escuelas en las que se puede estudiar y proceso de selección, duración de la carrera, perfil de egreso, requisitos para entrar a la licenciatura, campo laboral, etc.) para discutirla en clase.</p> <p>Se dará una introducción sobre la importancia que tiene la elección de carrera y sus implicaciones, el contenido teórico de la sesión se podrá abordar con los textos que se sugieren en los recursos materiales.</p> <p>En equipos, deberán comentar la información recabada. Plasmarán los puntos más relevantes para exponerlos al resto del grupo.</p> <p>Cada equipo cuenta con 5 minutos para exponer al resto del grupo la información que encontraron.</p> <p>Habrà una pequeña ronda de preguntas al finalizar cada exposición para evaluar el contenido de la información.</p>	<p>10 min.</p> <p>10 min.</p> <p>20 min.</p> <p>10 min.</p>	<p>Iriarte, C. (2004). <i>Orientar para la vida a través de la orientación para la carrera</i>. Estudios sobre educación. No. 7</p> <p>Loureiro, R. (2010). <i>Saber para vivir. Cómo elegir mi profesión</i>. Nova Galicia Edicions.</p>	<p>Las respuestas que den los alumnos en la ronda de preguntas, determinarán si recabaron la información suficiente sobre la carrera profesional que eligieron.</p>

SESIÓN # 12 “Quiero llegar a mi meta.”

Objetivo: Conseguir que los alumnos establezcan metas y objetivos a corto, mediano y largo plazo.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
<p>UNIDAD 4: Conjunto de las áreas Personal, Interpersonal y Profesional.</p>	<p>Metas y objetivos personales, interpersonales y profesionales.</p>	<p>Se iniciará con una breve introducción teórica acerca de las definiciones de objetivos y metas, apoyándose de las referencias que se sugieren en los recursos materiales de esta sesión, con la intención de que los alumnos aprendan a conocer la importancia que tienen dentro del proyecto de vida.</p> <p>Se les pedirá a los alumnos que individualmente establezcan un objetivo o una meta que deseen cumplir a corto, mediano y largo plazo, enfocadas en cada uno de las áreas que caracterizan al proyecto de vida (personal, interpersonal y profesional).</p> <p>El docente, será una parte fundamental en este proceso, pues ayudará a aclarar dudas a los alumnos al comenzar a redactar sus metas y objetivos.</p> <p>Para dar cierre, en una hoja se deberán contestar las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué dificultades tuve al establecer las metas y objetivos para cada una de las áreas?</p> <p>¿Cuál es mi plan de acción para lograr lo que me propongo?</p> <p>¿Cuál es el ámbito que requiere de más trabajo para llegar a la meta? ¿Por qué?</p>	<p>15 min.</p> <p>20 min.</p> <p>15 min.</p>	<p>Castañeda, L. (2005). <i>Un plan de vida para jóvenes</i>. México: Ediciones Poder.</p> <p>Durán, E. y Arias, D.(Mayo-Agosto, 2015). Orientación a las metas académicas, persistencia y rendimiento en estudiantes del Ciclo de Iniciación. <i>Revista de Docencia Universitaria</i>. Vol. 13 (2). pp. 189-205.</p> <p>Rivas, F. (Ed.) (s/f). <i>Manual de asesoramiento y orientación vocacional</i>. España: Editorial Síntesis, S. A.</p> <p>Rodríguez, J. (2015). <i>Redacción de metas y objetivos para evidenciar el aprendizaje</i>. Oficina de Evaluación del Aprendizaje Estudiantil (OEAE). Universidad de Puerto Rico.</p>	<p>Al establecer los objetivos y las metas que se solicitaron, los alumnos habrán logrado lo propuesto en la sesión, y a su vez se podrá visualizar con la reflexión en las respuestas de cada una de las preguntas.</p>

SESIÓN # 13 “¿Qué es un proyecto de vida?”

Objetivo: Informar a los alumnos qué es un proyecto de vida, con la finalidad de que ellos reconozcan las ventajas de realizarlo.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 4: Conjunto de las áreas Personal, Interpersonal y Profesional.	Proyecto de Vida.	<p>Se les explicará a los alumnos qué es un proyecto de vida, abarcando las definiciones teóricas de los diferentes autores consultados, mismos que se podrán encontrar en los recursos materiales de esta sesión.</p> <p>Se dividirá al grupo en dos equipos. Tendrán algunos minutos para organizarse y posteriormente hacer una representación teatral contando una historia que refleje cómo es la vida de una persona que planeó su futuro profesional, mientras el otro equipo, reflejará mediante su actuación lo contrario. Pueden apoyarse mediante la elaboración de un guion; tomando en cuenta la información previamente revisada.</p> <p>Para concluir, los alumnos deberán contestar reflexivamente las siguientes preguntas de manera individual:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Después de las representaciones teatrales, ¿Cuáles consideras que son las ventajas de realizar un proyecto de vida? • ¿Por qué y para qué realizar un proyecto de vida?. 	10 min. 30 min. 10 min.	<p>D'Angelo, O. (1994). <i>Modelo integrativo del proyecto de vida</i>. Provida. La Habana, Cuba.</p> <p>Velázquez, I. (2010). <i>Ventajas de tener un proyecto de vida</i>. Recuperado de: http://proyectodevidap29.blogspot.mx/2010/01/ventajas-de-tener-un-proyecto-de-vida.html</p>	Por medio de las preguntas, los alumnos identificarán las ventajas de realizar un proyecto de vida, así como su utilidad.

SESIÓN # 14 “¿Qué necesito para realizar un proyecto de vida?”

Objetivo: Mostrar a los alumnos cuáles son las características y elementos más relevantes que conforman un proyecto de vida.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
UNIDAD 4: Conjunto de las áreas Personal, Interpersonal y Profesional.	Proyecto de Vida.	<p>Se iniciará rescatando los elementos más relevantes de la sesión anterior, a modo de plática grupal. Se sugiere la siguiente pregunta: ¿qué fue lo más importante de la sesión anterior?</p> <p>Se brindará a los alumnos las características principales que conforman un proyecto de vida (elementos, áreas que lo construyen, establecimiento de metas y objetivos, etc.), para que reconozcan los factores que utilizarán al elaborar el suyo, se sugiere que los contenidos teóricos sean abordados tomando en cuenta los recursos materiales que se encuentran en esta carta descriptiva.</p> <p>Se les pedirá que contesten las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué consideras que es lo más importante para construir un proyecto de vida? • ¿Cuál es el ámbito en el que te propondrías más metas? (Personal, interpersonal y profesional) • ¿Qué ámbito piensas que tiene más relevancia para ti? ¿Por qué? • ¿Qué estrategia realizarías para cumplir tu proyecto de vida y lograr tus objetivos profesionales? • Describe a corto, mediano y largo plazo qué harías para ver realizadas tus metas y objetivos en el ámbito profesional. <p>Para finalizar, el grupo deberá buscar una definición para el término “Proyecto de Vida” mediante sus propias palabras, con la intención de comprender mejor el tema. Así mismo, se elegirá al azar a 4 ó 6 alumnos para que compartan aquella información que consideran relevante en la realización del proyecto de vida; dicha información será derivada de las preguntas que con anterioridad fueron respondidas.</p>	<p>10 min.</p> <p>15 min.</p> <p>15 min.</p> <p>10 min.</p>	<p>Casullo, M., Cayssials, A., Fernández, M., Wasser, L., Arce, J. y Álvarez, M. (2000). <i>Proyecto de vida y decisión vocacional</i>. Argentina: Paidós.</p> <p>D'Angelo, O. (2004) <i>Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social</i>. La Habana, Cuba. Recuperado de: http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf</p> <p>Romo, M. (2008). <i>Tu proyecto de vida</i>. México: Diana.</p> <p>Velasco, G., Durán, J. y Arellano, R. (2015). <i>Orientación y tutoría</i>. México: Editorial Kyron.</p>	<p>A través de las respuestas que plasmen los alumnos en relación a las preguntas previas, se podrá visualizar qué fue lo más relevante y representativo para ellos.</p>

SESIÓN # 15 “Construyendo mi proyecto de vida.”

Objetivo: Lograr que los alumnos puedan consolidar su proyecto de vida, teniendo como material de apoyo los productos derivados de las sesiones anteriores.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
<p>UNIDAD 4: Conjunto de las áreas Personal, Interpersonal y Profesional.</p>	<p>Proyecto de Vida.</p>	<p>Para la construcción final del proyecto, los alumnos deberán iniciar una lluvia de ideas de manera grupal, mencionando los puntos teóricos más importantes que fueron revisados con anterioridad para la elaboración del proyecto de vida.</p> <p>También se hará una recapitulación de los productos elaborados. Con ayuda de dichos materiales los alumnos podrán realizar la construcción del mismo, retomando los elementos más significativos. El cuadernillo estará dividido en 3 áreas que ayuden a delimitar el proyecto de vida a corto, mediano y largo plazo, con la finalidad de poder tener claros cuáles son los objetivos que se pretenden ir alcanzando en un tiempo dado.</p> <p>Los alumnos consolidarán su proyecto de vida en hojas formando un cuadernillo, estableciendo los factores más representativos de su historia personal y que a su vez determinen las estrategias seguirán para la continuación de sus estudios profesionales.</p> <p>Para el cierre de la sesión, se hará una pequeña reflexión grupal mencionando cómo se sintieron al realizar la actividad, y a su vez, mencionar aquellos aspectos que les fueron fáciles de identificar y los que fueron difíciles en el momento de establecer metas y objetivos.</p> <p>Aunque el producto final del proyecto de vida no tiene evaluación que determine si es correcto o no, es importante que los alumnos hayan incluido los elementos principales que se abordaron a lo largo del programa.</p>	<p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>30 min.</p> <p>5 min.</p>		<p>La construcción de un proyecto de vida, como una herramienta que les facilite la elección de su carrera profesional, con la delimitación de metas y objetivos a corto, mediano y largo plazo.</p>

SESIÓN # 16 “¿Qué tanto aprendimos?”

Objetivo: Evaluar y verificar la funcionalidad del programa de orientación vocacional.

Unidad Temática	Tema	Actividad	Tiempo	Recursos Materiales	Evaluación/Seguimiento
	Cuestionario final.	<p>Se entregará a los alumnos una copia del cuestionario diagnóstico con el que se inició el programa, el cual se encuentra en el anexo 1. Se explicará el objetivo de la sesión para que sean lo más específicos posible en las respuestas.</p> <p>Se pedirá a los alumnos que de manera breve compartan su experiencia y opinión respecto a los temas abordados, después se les proporcionará una hoja en la que deberán plasmar un comentario o recomendación para quien imparte el programa, con la finalidad de tomar en cuenta las retroalimentaciones para aplicaciones futuras.</p> <p>Comparaciones de los alumnos e identificar las temáticas más relevantes y si hubo cambios en su modo de pensar, si se potencializaron o adquirieron conocimientos, etc.</p> <p>Agradecer a los alumnos su participación.</p>	<p>15 min.</p> <p>20 min.</p> <p>15 min.</p>	<p>Cuestionario “Lo que yo pienso de...”</p> <p>* El cuestionario “Lo que yo pienso de...” mismo que es de nuestra autoría, se encuentra en el anexo 1 de este documento.</p>	<p>Los alumnos harán comparaciones pertinentes con el cuestionario diagnóstico que contestaron al inicio del programa y con éste último, para observar los cambios y aprendizajes que pudieron desarrollar durante el programa de orientación vocacional.</p>

Conclusiones.

Para la realización de este programa educativo, nos dimos a la tarea de presentar una alternativa que consideramos fuera de utilidad para cubrir las necesidades que fueron observadas durante el periodo de las prácticas profesionales dentro del CETIS No. 13.

El principal alcance de este programa, es que contribuye al desarrollo integral de cada uno de los alumnos que cursan el bachillerato tecnológico en el CETIS No. 13, con la finalidad de que sean capaces de tomar una decisión asertiva con respecto a la elección de carrera, tomando en cuenta los factores más relevantes entre los que destacan sus habilidades y capacidades, respondiendo a cada uno de las tres áreas en los que se rige este programa: personal, interpersonal y profesional.

Otro de los alcances que se puede divisar es que este programa educativo funge como una herramienta más que permite al plantel educativo, brindar una atención completa al alumno con respecto a las necesidades que se presentan dentro de la Orientación Educativa.

Este programa está estructurado de tal manera que permite al agente educativo que esté frente al grupo pueda ejecutarlo con facilidad; sin importar si su formación es propiamente de un profesional de la educación, ya que dentro del plantel la materia de tutoría es impartida por el docente titular del grupo.

LIMITACIONES.

Dentro de las limitaciones que se suscitaron a lo largo de la realización del programa, es que hay más temas que pueden ser abordados respecto a cada una de las áreas que se revisan, sin embargo dado el objetivo del mismo se tuvieron que eliminar.

La duración que se establece para cada una de las sesiones, corresponde al periodo semestral del plantel, es decir una hora por sesión, lo que provoca que el

tiempo en las actividades a realizar sea reducido y que los temas no puedan analizarse con mayor profundidad.

RECOMENDACIONES.

Para darle seguimiento al programa educativo, se sugiere que las autoridades del CETIS No. 13, incorporen a la materia de tutoría del primer semestre de bachillerato dicho programa, con la finalidad de que les permita agrupar a los alumnos en el área de especialidad que esté más acorde a sus habilidades y capacidades, trayendo consecuencias positivas en el desarrollo integral de los alumnos, ya que podrán elegir la especialidad tecnológica de acuerdo a sus intereses.

Aunado a esto, al implementar el programa en el quinto semestre, los alumnos estarán familiarizados con los contenidos que se analizarán dentro de este, dado que desde el inicio de su formación contarán con las herramientas necesarias para elegir una carrera profesional, pues estarán encaminados desde los primeros semestres en el área de su preferencia; como resultado de ello, los alumnos podrán también visualizar los elementos con los que cuenta para poder continuar con su formación a nivel profesional.

En relación al papel que tiene el psicólogo educativo, se hace hincapié primero en el rol que desempeñamos en el plantel educativo durante el periodo de las prácticas profesionales, y posteriormente se mencionará el impacto que tuvo para nosotras como profesionistas la realización del programa.

Durante las prácticas profesionales, nos dimos a la tarea de observar y posteriormente conocer la organización que tenía el plantel dentro del Departamento de Orientación Educativa, dando como resultado la identificación de las necesidades que en su momento tuvieron que ser atendidas con mayor rapidez, como la realización de un programa de tutoría con el que el plantel no contaba, el cual retomaba el tema de las estrategias de aprendizaje e integraba actividades ya establecidas dentro del programa de la semana de salud

(Construye T); se realizó apoyo psicopedagógico y fungimos como titulares de un grupo de quinto semestre en la especialidad de contabilidad; estas acciones nos llevaron a realizar un programa que pudiera beneficiar a los alumnos en relación a su proyecto de vida, ya que con el paso de las semanas nos dimos cuenta que ellos no contaban con la guía y el apoyo adecuado para establecer metas y objetivos.

Según Camarena, González y Velarde (2009), la mayor parte de los programas de orientación vocacional deberán de atender las necesidades vocacionales de los estudiantes, y a su vez, establecer líneas de acción al respecto, es por ello que se pensó en conjuntar las áreas que para nosotras son los más importantes dentro de un proyecto de vida en relación a la elección de carrera, ya que los alumnos estaban cerca de tomar una decisión importante que impactará

su desarrollo profesional, con la intención de ofrecer un programa educativo de Orientación Vocacional que diera respuesta las necesidades específicas del plantel.

Consideramos que la formación como psicólogas educativas, nos brindó las herramientas necesarias para ofrecer a los alumnos y al plantel, un programa que incluyera los elementos oportunos para la formación integral de los estudiantes; asignaturas como Diseño de Programas de Tutorías y Orientación y Apoyo Psicopedagógico nos brindaron las instrumentos para la realización de este programa, ya que al conocer los puntos más importantes que se deben tomar en cuenta para crear un programa, tuvimos la oportunidad de acertar en la manera en la que nos acercamos a los alumnos, creando empatía y confianza entre ambas partes, para poder conocer mejor lo que ellos necesitaban.

A nivel profesional, consideramos que la formación académica que recibimos en la Universidad Pedagógica Nacional, nos dio las bases para adentrarnos en el ámbito laboral, en este sentido retomamos lo que se establece en el perfil de egreso de la Licenciatura de Psicología Educativa: El egresado contará con los conocimientos generales acerca del desarrollo humano y los procesos de

aprendizaje para diseñar y llevar a cabo programas de intervención y apoyo psicopedagógico que fortalezcan el desarrollo autónomo y capacidad de actuación de los educandos y comunidades de aprendizaje en ámbitos escolares y extraescolares.

Al estar frente a situaciones reales tuvimos la facilidad para ofrecer respuestas inmediatas y oportunas; posteriormente reflexionar sobre una alternativa para que el plantel implementara un programa educativo que abordara las áreas más importantes para la realización de un proyecto de vida que funja como herramienta que ayuda en el proceso de elección de carrera, con la intención de beneficiar a los alumnos que cursan el bachillerato tecnológico.

Para Camarena, González y Velarde (2009), es el derecho de los estudiantes recibir orientación a lo largo de sus estudios, pues tiene un importante papel en la formación integral de los educandos y por tanto, en la elevación de la calidad de la educación, es por ello que uno de los beneficios más importantes que obtendrá el CETIS No. 13 al implementar el programa de Orientación Educativa, sin lugar a dudas es que podrá brindar a sus alumnos un óptimo desarrollo personal, interpersonal y profesional, planificando sus acciones a corto, mediano y largo plazo, con la principal intención de premeditar lo que quieren lograr estableciendo metas y objetivos que estén encaminados y den dirección a su elección de carrera mediante su proyecto de vida. Además podrá contar con un programa de mayor solidez que cubra en su totalidad cada una de las sesiones que se establecen semestralmente, asimismo cada una de estas sesiones cuenta con temáticas de importancia que conforman las cuatro áreas establecidas por la DGB (Psicosocial, Institucional, Escolar y Vocacional).

Por otro lado, el plantel educativo tendrá la oportunidad de dar respuesta y atender las necesidades de sus alumnos, siendo una ventaja el hecho de contar con un programa educativo que específicamente dé solución a las problemáticas que constantemente se presentan dentro de la institución. Como mencionan Arnaiz e Isús (1998), con un programa de Orientación Educativa los alumnos podrán

conocer las características de su personalidad para hacer frente a las múltiples posibilidades que ofrecen el mundo académico y el laboral, así como también interesarse por el ámbito académico, las carreras universitarias y la preparación profesional y los profesionales de la educación podrán participar activamente al favorecer la reflexión sobre los factores personales y exigencias que condicionan las condiciones de su futuro profesional y del mismo modo, orientar a los alumnos dentro de las opciones que ofrece esa etapa.

Por último, es necesario mencionar que la Orientación Educativa es un proceso continuo, permanente, componente fundamental del proceso educativo, que no se desarrolla aisladamente, debe llevarse a cabo de forma colectiva y coordinada como trabajo de equipo y cuyo objetivo central es contribuir de forma personalizada, al desarrollo integral del individuo (Ojalvo, 2005).

Referencias.

- Alonso A. (2006). *Manual de orientación educativa y tutoría. Educación media y media superior*. México: Universidad La Salle y Plaza y Valdés, S. A. de C. V.
- Aracena, M., Benavente, A. y Cameratti, C. (2002). *Manual para Monitoras. Construyendo nuestro ser mujer, adolescente y madre. Programa de educación para visitas domiciliarias para el trabajo con el embarazo adolescente*. Escuela de Psicología, Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Arnaiz, P. e Isús, S. (1998). La programación de la acción tutorial. *En: La Tutoría: Organización y Tareas*. (15-43). Barcelona: Graó.
- Arteaga, A. y Álvarez, J.M. (2016). *El nivel de deserción en DF es de los más altos: Barrales*. Recuperado de: http://www.milenio.com/poligrafo/DF_desercion_escolar-Alejandra_Barrales-secretaria_de_Educacion_Barrales_6_580801915.html
- Betancourth, S. y Cerón, J. (2017). Adolescentes creando su Proyecto de Vida Profesional desde el Modelo DPC. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*. (50), pp. 21-41.
- Blancos, M. y Frutos, J. (2001). Orientación Vocacional. Propuesta de un instrumento de autoorientación. *Educación y Futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*. (4), pp. 4-13.
- Camarena, B., González, D. y Velarde, D. (2009). El Programa de Orientación Educativa en Bachillerato como mediador en la Elección de Carrera. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*. Vol. 14 (41), pp. 539-562.
- Castañeda, L. (2005). *Un plan de vida para jóvenes*. México: Ediciones Poder.

- Casullo, M., Cayssials, A., Fernández, M., Wasser, L., Arce, J. y Álvarez, M. (2000). *Proyecto de vida y decisión vocacional*. Argentina: Paidós.
- D'Angelo, O. (1994). *Modelo integrativo del proyecto de vida*. Provida. La Habana, Cuba.
- D'Angelo, O. (2004). *Proyecto de vida como categoría básica de interpretación de la identidad individual y social*. La Habana, Cuba. Recuperado de: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120827125359/angelo8.pdf>
- Dirección General de Educación Tecnológica Industrial. (s/f). Bachillerato Escolarizado. Recuperado de: <http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/11805/7/images/cetis-cbtis.pdf>
- González, M. y Obiols, M. (2009). El proceso de toma de decisiones profesionales a través del coaching. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*. Vol. 7 (18), pp. 877-900.
- Iriarte, C. (2004). Orientar para la vida a través de la orientación para la carrera. *Estudios sobre educación*. (7) pp. 21-32.
- Loureiro, R. (2010). *Saber para vivir. Cómo elegir mi profesión*. Nova Galicia Edicions.
- Muñoz, H. y Suárez, M. (1990). Educación y empleo: Ciudad de México, Guadalajara y Monterrey. Aportes de investigación. Núm. 46. Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias. UNAM, México.
- Nava, G. (2000). *El imaginario en torno a la elección de carrera. Una estrategia de intervención desde la perspectiva del psicoanálisis*. México: Plaza y Valdés.
- Ojalvo, V. (2005). Orientación y tutoría como estrategia para elevar la calidad de la educación. *Revista Cubana de educación Superior*. Vol. 25. (2), pp. 3-18.

- Ospina, W. y Restrepo, L. (2003). La planeación estratégica un medio eficaz para elaborar y alcanzar el proyecto de vida. *Scientia et Technica*. Año IX (23).
- Quiñones, E. (coord.) (2012). *Reporte de la Encuesta Nacional de Deserción en la Educación Media Superior*. SEP: México. Recuperado de http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/10787/1/images/Anejo_6Reporte_de_la_ENDEMS.pdf
- Rivas, F. (Ed.) (s/f). *Manual de asesoramiento y orientación vocacional*. España: Editorial Síntesis, S. A.
- Romo, M. (2008). *Tu proyecto de vida*. México: Diana.
- Salinas, M. y Rodríguez, H. (2011). Toma de decisiones. *Desarrollo de competencias profesionales a través de la evaluación participativa y la simulación utilizando herramientas web*. Vol. 10.
- Serrano, J. (2004). *Menos querer más de la vida: Concepciones de vida y muerte en jóvenes urbanos*. Bogotá: Siglo del Hombre.
- Silva, C. y Loreto, M. (2004). Empoderamiento: Proceso, Nivel y Contexto. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=96713203>
- Velasco, G., Durán, J. y Arellano, R. (2015). *Orientación y tutoría*. México: Editorial Kyron.
- Velázquez, I. (2010). *Ventajas de tener un proyecto de vida*. Recuperado de: <http://proyectodevidap29.blogspot.mx/2010/01/ventajas-de-tener-un-proyecto-de-vida.html>
- Villalobos, M. (2015). La familia: formadora primigenia. *Perspectiva Educativa. Formación de Profesores*. Vol. 54 (2), pp. 3-19.

Anexos.

Anexo 1: Cuestionario diagnóstico “Lo que yo pienso de...”

<u>“Lo que yo pienso de...”</u>	
<i>Instrucciones:</i> A continuación te presentamos una serie de oraciones que deberás completar ampliamente según tus ideas y tus intereses. Este cuestionario tiene únicamente fines estadísticos y es totalmente anónimo, por lo que te pedimos respondas con honestidad. Agradecemos tu participación.	
Edad:	Sexo: M () F ()
1. Mis principales virtudes son...	
2. Mis defectos son...	
3. Lo que más me gusta hacer es...	
4. No me gusta hacer...	
5. Tomar una decisión significa que...	
6. Cuando alguien decide por mí, me siento...	
7. Los aspectos que considero importantes o necesarios para tomar decisiones son...	
8. Considero que la elección de una carrera implica que...	
9. Lo que yo quiero estudiar es...	
10. Los aspectos que considero tuvieron impacto en decidir qué carrera elegir son...	
11. Mis planes a futuro son...	
12. Lo que más me gusta de mi familia es...	
13. Lo que no me gusta de mi familia es...	
14. Lo que más me gusta de mis amigos es...	
15. Lo que menos me gusta de mis amigos es...	

Anexo 2: Encuesta vocacional.

Instrucciones

A continuación te presentamos una serie de preguntas las cuales retoman ideas de los temas vistos en clase, tus respuestas quedarán en total confidencialidad; por tanto te pedimos respondas con honestidad. Agradecemos tu participación.

Primer apartado: datos personales y familiares

(Apellidos) (Nombres)

Año que cursa _____ Grupo _____

Fecha de nacimiento _____

Nombre del papá: _____

Grado máximo de estudios: _____

Nombre de la mamá: _____

Grado máximo de estudios: _____

Núm. de hnos. _____ Varones _____ Mujeres _____ Lugar que ocupa _____

Señala, cómo consideras tus relaciones familiares con:

	Buenas	Regulares	Malas	Por qué
Papá				
Mamá				
Hermanos				

¿En dónde estudian o trabajan tus hermanos?

¿Qué opinan tus padres acerca de la carrera que quieres estudiar?

Segundo apartado: historial académico

Trayectoria escolar

	Escuela	Años cursados	Promedio
Primaria			
Secundaria			
Nivel Med. Sup.			

¿Por qué estás inscrito en esta institución educativa? _____

¿Cuáles son las tres materias que más te gustan y por qué?

Materia

Por qué

¿Cuáles son las tres materias que menos te gustan y por qué?

¿Cuáles son las tres materias que se te facilitan más y por qué?

¿Has repetido algún año escolar?, ¿Cuál?

¿Qué opina tu familia de ti como estudiante? _____

¿Cuáles son las principales dificultades que se te han presentado en tu desarrollo académico?

Tercer apartado: orientación vocacional

¿Has solicitado orientación vocacional? ¿Por qué? _____

Menciona en orden de importancia los diferentes aspectos o elementos que has tomado en cuenta para elegir una carrera profesional:

Explica ampliamente por qué deseas estudiar una carrera y cuál te gustaría _____

¿Por qué? :

Conoces las aptitudes necesarias para esa carrera: () Sí () No

Y (en caso afirmativo) ¿Cuáles crees tener?:

¿Qué te hizo decidir por la carrera que piensas estudiar?: _____

¿En qué institución piensas realizar tus estudios profesionales y por qué? _____

¿Existen personas que te han ayudado a conocer las características de la carrera que piensas estudiar?

¿Quiénes? _____

¿Cuáles elementos son los que consideras esenciales para estudiar la carrera que elegiste o quieres elegir? (Numéralos por orden de importancia):

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Buena presentación | <input type="checkbox"/> Inteligencia |
| <input type="checkbox"/> Tener recursos económicos | <input type="checkbox"/> Educación |
| <input type="checkbox"/> Tener buenas relaciones | <input type="checkbox"/> Suerte |
| <input type="checkbox"/> Estar decidido a todo | <input type="checkbox"/> Constancia |
| <input type="checkbox"/> Iniciativa | <input type="checkbox"/> Trabajar mucho |

El contenido de la carrera que quieres estudiar es útil para:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Ganarte la vida | <input type="checkbox"/> Servir al país |
| <input type="checkbox"/> Comprender la vida | <input type="checkbox"/> Ayudar a otros seres humanos |
| <input type="checkbox"/> Obtener una posición social | |

¿Cómo te describirías como persona? _____

