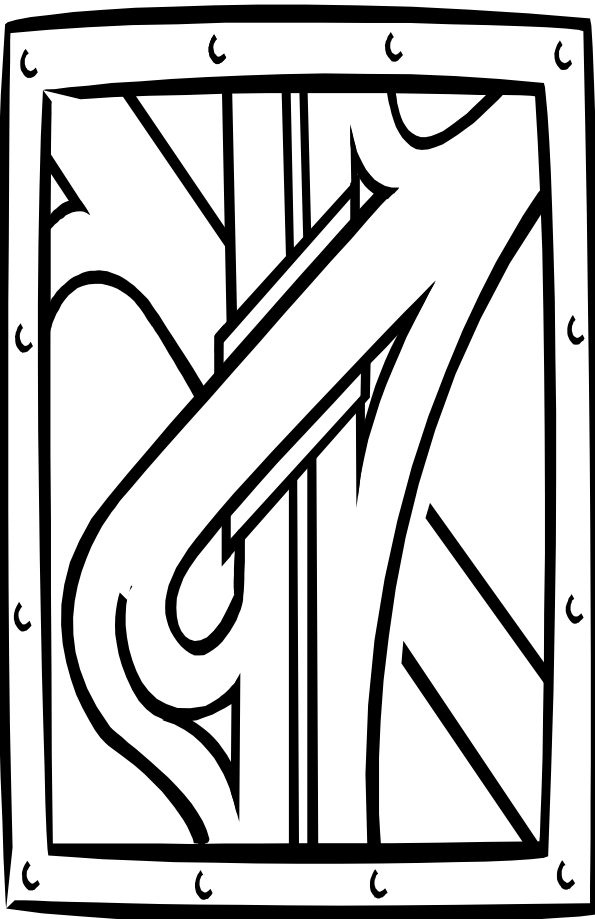


CUADERNO DE ORIENTACIÓN

4º E.S.O.

MI PROYECTO PERSONAL
¿lo tengo claro?



Nombre y apellidos: _____

Curso: _____

El año que viene me gustaría hacer _____

PRESENTACIÓN

Y después de la ESO, ¿qué puedo hacer?

Una vez finalizada la etapa de la ESO, tanto si has obtenido el título de Graduado en Educación Secundaria (GES) como si no, tendrás que elegir entre dos opciones:

- Continuar estudiando.
- Buscar un empleo y empezar a trabajar.

Antes de que acabe el curso tienes que tomar una decisión importante:

¿Qué voy a estudiar el próximo curso?

Hagas lo que hagas, no debes hacerlo a la ligera.

Con este cuaderno pretendemos ayudarte a tomar una decisión pensada y acertada. Creemos que antes de decidir tienes que tener en cuenta toda la información posible: tus intereses, tus valores, tus gustos, tus capacidades, etc., y las posibilidades que se te ofrecen.

Tiene 3 partes:

1.- AUTOCONOCIMIENTO: ¿Cómo soy?

En el caso de que tu decisión sea continuar tu formación, y dado que ésta se orientará hacia un tipo u otro de especialidad, es conveniente que tengas en cuenta factores como:

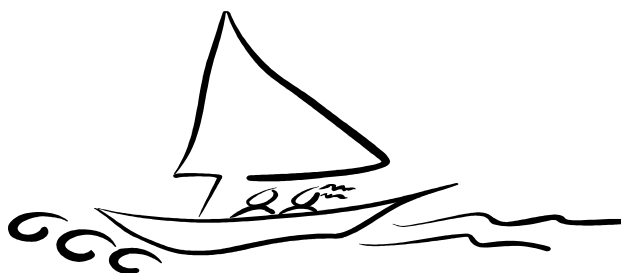
- Tus gustos y preferencias en los estudios.
- El tipo de profesión al que te gustaría dedicarte en el futuro (INTERESES PROFESIONALES).
- El grado de desarrollo de tus capacidades y habilidades.

2.- CONOCIMIENTO E INFORMACIÓN: ¡Tengo que informarme!

Existen distintas vías entre las que puedes elegir para continuar con tu formación dentro de las Enseñanzas de Régimen General. Lo iremos haciendo a lo largo de este curso con varias sesiones de tutoría.

3.- DEFINICIÓN DEL PROYECTO PERSONAL: Mi decisión.

La decisión que tomes puede ser la más importante de tu vida hasta el momento, especialmente en lo relativo a estudios, por eso es importante tomarla con tranquilidad y teniendo en cuenta todo lo anterior. Es fundamental que vayamos pensando qué queremos y podemos hacer al terminar este curso. No debemos dejarlo a la improvisación, es básico que hagamos una reflexión madura y con el mejor conocimiento posible.



Para ayudarte a conocerte mejor te proponemos realizar:

- A. Unos cuestionarios. Son 4 y están en la parte **¿CÓMO SOY?**
- B. Una pequeña redacción titulada **YO SOY ASÍ.**
- C. Un análisis de cuáles son tus valores personales: **CONOCER MIS VALORES.**
- D. Una reflexión para conocer tus capacidades: **MIS APTITUDES.**
- E. Un análisis de tu trayectoria como estudiante: **EL INSTITUTO Y YO.**
- F. Una evaluación sobre tus intereses profesionales: **MIS INTERESES.**

1ª PARTE: ¿COMO SOY?

Lo primero que tienes que hacer es conocer tus aptitudes, tus intereses, tus valores y tu situación familiar. Así tus decisiones serán más acertadas.

Cuestionario N° 1: **YO SOY...**

Vamos a buscar los rasgos de nuestra personalidad, nuestra forma de ser. Mírate en el espejo y subraya aquellos que mejor definen tu forma de ser, **eligiendo una alternativa** de cada par de adjetivos:

- | | |
|-------------------|--------------------------|
| 1.- Tímido | Decidido |
| 2.- Responsable | Irresponsable |
| 3.- Abierto | Introverso |
| 4.- Sociable | No me gusta relacionarme |
| 5.- Fuerte | Débil |
| 6.- Tranquilo | Nervioso |
| 7.- Independiente | Dependiente |
| 8.- Confiado | Desconfiado |
| 9.- Activo | Pasivo |
| 10.- Juicioso | Alocado |
| 11.- Ordenado | Desordenado |

Otros adjetivos que te definen:

Cuestionario N° 2: **ME INTERESA...**

Todos damos más importancia a unas cosas que a otras. A lo que damos más importancia lo llamamos intereses. ¿Qué es lo que te interesa? **Elige 5 intereses** y ordénalos de más a menos relevancia para ti.

1. Vivir lo mejor posible.
2. El dinero sobre todo.
3. La fama, el ser reconocido por los demás.
4. Preocuparme por los otros, ayudar a los demás.
5. Tener un trabajo seguro.
6. El saber, la cultura.
7. La creatividad, hacer cosas originales.
8. La independencia.
9. Tener amigos y poder relacionarme.
10. Los temas religiosos.
11. Cambiar la sociedad.
12. Otros:

Cuestionario N° 3: **ME GUSTA...**

A todos no nos gustan las mismas cosas, las mismas asignaturas, los mismos deportes, etc. ¿Cuáles son tus gustos? Define tus cualidades ante las tareas a las que te enfrentas.

1. La naturaleza, vivir en el campo.
2. Las empresas difíciles, las situaciones arriesgadas.
3. Relacionarme con mucha gente.
4. No tengo gustos definidos, sigo la corriente.
5. Hacer muchas cosas, la actividad continua.
6. Tener todo siempre previsto y ordenado.
7. Las actividades en las que puedo utilizar el lenguaje.
8. La anarquía, hacer las cosas según vienen.
9. Trabajar con números.
10. Pensar, reflexionar antes de hacer las cosas.
11. Vivir en la ciudad.
12. La creatividad, las cosas originales.
13. Otros: _____



Cuestionario N° 4: **MIS AFICIONES SON...**

Hacemos unas cosas por obligación y otras por que nos divierten, porque son nuestras aficiones, con ellas llenamos nuestro tiempo libre. ¿A qué dedicas el tiempo libre?

1. A leer.
2. Practicar deporte.
3. Paseos, excursiones, salir a la naturaleza.
4. El coleccionismo (sellos, minerales, postales...).
5. Trabajos manuales o mecánicos.
6. Actividades musicales.
7. Dibujo, pintura...
8. El cine.
9. La informática.
10. Ver televisión.
11. Estudiar cosas que no hay en el Instituto, por ejemplo: _____
12. Otras aficiones: _____



Haz un breve resumen sobre tu persona	
Mis cualidades son:	Mis intereses son:
Mis gustos son:	Mis aficiones son:
¿Qué crees que sería más conveniente para tu futuro?	

2ª PARTE: YO SOY ASÍ...

En las siguientes tablas vas a ir marcando con una cruz aquellos aspectos de tu persona que más se acerquen a lo que piensas sobre ti. No seas demasiado duro contigo; e intenta destacar tus cualidades, pero tampoco sin exagerar.

HABILIDAD FÍSICA

	SI	NO	NS/NC
1 Soy buen atleta.			
2 Soy hábil para la mayoría de los deportes.			
3 Tengo resistencia y aguante físicos.			
4 Me gustan los deportes y las actividades físicas.			
5 Creo que hago suficiente por estar bien físicamente.			
6 Me gusta practicar algún deporte.			

APARIENCIA FÍSICA

	SI	NO	NS/NC
1 Tengo un cuerpo físicamente atractivo.			
2 Tengo una cara agradable.			
3 No soy ni demasiado gordo ni demasiado delgado.			
4 Soy tan atractivo como la mayoría de las personas.			
5 Estoy contento con mi estatura.			
6 Tengo un pelo bonito.			
7 Me gustan mis piernas.			

RENDIMIENTO ESCOLAR

	SI	NO	NS/NC
1 Disfruto haciendo los ejercicios de clase.			
2 Me gusta estudiar todas o casi todas las asignaturas.			
3 Por lo general, me encuentro a gusto en las clases.			
4 Normalmente apruebo todas las asignaturas.			
5 Me gustan la mayoría de las asignaturas.			
6 Estoy satisfecho con mis notas.			

RELACIONES CON PERSONAS DEL MISMO

SEXO

	SI	NO	NS/NC
1 Tengo amigos con los que puedo contar siempre.			
2 Estoy a gusto hablando con otros/as chicos/as de mi sexo.			
3 Hago amigos con facilidad.			
4 Sé escuchar los problemas que me cuentan las personas de mi propio sexo			
5 Me siento apreciado y querido por varias personas.			
6 Soy popular entre los chicos/chicas de mi sexo.			
7 Soy afectuoso con las personas de mi propio sexo.			

RELACIONES CON PERSONAS DEL SEXO OPUESTO

		SI	NO	NS/NC
1	Consigo que las personas del otro sexo me presten mucha atención.			
2	Por lo general, las personas del otro sexo me resultan agradables.			
3	Tengo muchos amigos del otro sexo.			
4	Me encuentro a gusto hablando con personas del otro sexo.			
5	Soy tímido con las personas del sexo opuesto.			
6	Me siento en un plano de igualdad hablando con personas del otro sexo.			
7	Soy divertido con las personas del otro sexo.			
8	Me encuentro a gusto siendo afectuoso con las personas del otro sexo.			
9	Puedo expresar mis sentimientos con facilidad a las personas del otro sexo.			

MIS ESTADOS EMOCIONALES

		SI	NO	NS/NC
1	Normalmente me siento cómodo y relajado.			
2	Soy una persona que no se atormenta demasiado cuando me ocurren cosas que no me agradan.			
3	Me siento feliz la mayor parte del tiempo.			
4	Me encuentro a gusto con la gente.			
5	Soy una persona divertida.			
6	Pocas veces me siento angustiado.			
7	Casi nunca me siento deprimido.			
8	Tengo tendencia a ser optimista.			

MIS SENTIMIENTOS DE SINCERIDAD Y HONESTIDAD

		SI	NO	NS/NC
1	Prefiero afrontar las consecuencias de mis actos antes que mentir.			
2	La gente siempre podrá contar conmigo.			
3	Ser honesto y sincero es muy importante para mí.			
4	Es verdad que nunca cojo cosas que no me pertenecen.			
5	Soy una persona en la que se puede confiar.			
6	Valoro la honradez por encima de otras virtudes.			

Ahora, intenta resumir tus contestaciones, y trata de escribir en unas 10 ó 20 líneas **cómo eres tú y de qué te consideras capaz**. No es una definición exclusivamente de tus características personales, sino que debes profundizar más y explicar cómo eres en tu familia, con tus amistades, como estudiante, etc. Una vez que te has analizado, tiene que resultarte más sencillo.

No olvides destacar tus **cualidades positivas** y qué haces para **mejorar los posibles fallos** que tienes como persona. ¡Adelante!

3ª PARTE: CONOCER MIS VALORES

Clarificar lo que valoras significa saber distinguir entre lo que más y menos te importa y aprecias. Saber a qué cosas, actividades y hechos les das más importancia. Y saber por qué los valoras más será lo que más influirá en tu elección.

Señala en esta escala la importancia que das a ciertos valores:

(3 = muy importante, 2 = bastante importante, 1 = poco importante).

Casi siempre ocurre que al valorar mucho una cosa, por lógica, se valora poco su opuesta.

DEFINICIÓN DEL VALOR	VALOR	Puntuación
1. Tomar las decisiones sin ayuda de nadie; ser independiente a la hora de actuar. Estudiar sin necesidad de supervisión o controles.	<i>Autonomía. Independencia.</i>	3 2 1
2. Tener influencia sobre las demás personas. Poder guiarlas y organizarlas. Ser responsable de sus actuaciones	<i>Autoridad. Liderazgo. Poder.</i>	3 2 1
3. Estudiar o trabajar en circunstancias que varíen a menudo, que cambian frecuentemente: las personas, los horarios, etc. Incluso puede suponer cambiar de lugar (<i>de país o región</i>).	<i>Variedad. Flexibilidad.</i>	3 2 1
4. Ganar salarios elevados; tener propiedades, invertir el dinero para ganar más.	<i>Ganancias. Dinero.</i>	3 2 1
5. Ayudar y cuidar a las demás personas; tratar a la gente cara a cara.	<i>Altruismo. Ayuda al prójimo. Humanitarismo.</i>	3 2 1
6. Conseguir progresar, promocionarte, saber cada día más, ser experto en algo.	<i>Avance. Progreso. Perfección.</i>	3 2 1
7. Grado en que un oficio o profesión despierta el respeto en las demás personas; ser importante, lograr que lo que tú haces sea reconocido por la gente o por el conjunto de la sociedad.	<i>Prestigio. Fama. Reconocimiento.</i>	3 2 1
8. Alegrarse, ser feliz con lo hermoso; disfrutar con los objetos y acciones bellas; saber encontrar lo positivo de las personas y de las cosas.	<i>Estético. Belleza. Arte.</i>	3 2 1
9. Sentir gusto por la reflexión, la filosofía, el estudio, la investigación.	<i>Intelectual. Mental.</i>	3 2 1
10. Originalidad; desarrollo de nuevos conceptos; invención o crear nuevos objetos, ideas y situaciones.	<i>Creatividad. Innovación.</i>	3 2 1
11. Buscar otras suertes y caminos; arriesgarse, aventurarse; emprender nuevas vidas o nuevos estudios o trabajos.	<i>Aventura. Riesgo. Audacia.</i>	3 2 1
12. No variar, no sentir inseguridad, conservar el trabajo, los amigos, las pertenencias.	<i>Seguridad. Rutina</i>	3 2 1

Ahora coloca por orden los valores que más alto has puntuado, o sea, a los que has dado un 3.

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

Ahora los valores que has calificado con un 2.

- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....

Lo que valoras más seguramente será aquello que te influirá más a la hora de elegir una profesión. Según qué oficio o profesión desees, habrás de elegir una opción académico-profesional u otra (Bachillerato, Ciclos Formativos, mundo laboral, otras alternativas).

Piensa en tres personas que admiras y señala su principal valor, aparte de su profesión:

PERSONA	VALOR	PROFESIÓN
1.		
2.		
3.		

Siguiendo con la reflexión:

De esta lista de valores, señala con un 1 el que tenga menos importancia para ti y con un 10 el que tenga la máxima importancia. Ordénalos todos entre 1 y 10.

VALOR	CALIFICACIÓN
Portarme adecuadamente en el colegio.	
Tener mucho dinero.	
Ser fuerte y dominar.	
Ser feliz y estar alegre.	
Ayudar y cuidar a las demás personas.	
Saber cosas nuevas que desconozco.	
Tener honestidad.	
Tener una figura agradable y elegante.	
Recibir la aprobación de mi familia.	
Que mis amistades tengan un buen concepto de mí.	

Aunque tú tengas tu propia lista de valores, las demás personas también tienen los suyos, que pueden ser distintos y totalmente contrarios a lo que tú valoras.

Conociendo a tu pandilla y a tu grupo de amistades, ¿qué dirías que valoran más?

- 1.....
- 2.....
- 3.....

¿Cuáles son los valores más importantes para tu familia?

- 1.....
- 2.....
- 3.....

Describe una situación que te fuerce a tomar una decisión entre dos cosas importantes, entre dos valores importantes para ti. Piensa en algo que te haya ocurrido, te será más fácil.

.....
.....
.....
.....
.....

Di qué decidirías y por qué:

.....
.....
.....
.....
.....

SÍNTESIS DE LA UNIDAD

Repasa toda la sesión y reconsidera de nuevo lo que has aprendido y todo lo que has reflexionado. En función de lo que has dicho podrás ahora hacer un resumen de todo, contestando a las siguientes cuestiones:

¿Cuáles son los tres valores más importantes en tu vida?

1.....
2.....
3.....

¿Qué profesiones elegirías que más se relacionan con tus valores?

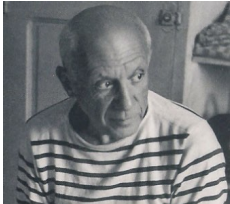



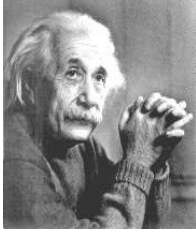

1.....
2.....
3.....

4ª PARTE: MIS APTITUDES

Las aptitudes son las habilidades o destrezas que tiene una persona para hacer determinadas cosas: conducir, nadar, tocar un instrumento, rapidez para el cálculo mental, etc. Ya sabes que cualquier profesión requiere de unas determinadas capacidades. Fíjate bien en el listado para después hacer la actividad siguiente:

CUALIDADES FÍSICAS	PERSONALIDAD
1. Vista y oídos desarrollados	20. Responsabilidad
2. Fuerza física	21. Capacidad de adaptación
3. Resistencia	22. Carácter abierto
4. Rapidez de reflejos	23. Introversión
5. Agudeza táctil	24. Autocontrol
APTITUDES	25. Sensibilidad
6. Comprensión verbal	26. Detallista
7. Razonamiento numérico	INTERESES POR LOS...
8. Aptitud espacial	27. Trabajos científicos
9. Razonamiento mecánico	28. Trabajos burocráticos
10. Memoria	29. Trabajos creativos
11. Concentración	30. Trabajos sedentarios
12. Buena percepción	31. Trabajos repetitivos
13. Coordinación visomotriz	32. Trato con el público
14. Habilidad manual	33. El orden y los detalles
15. Rapidez motora	34. La naturaleza
16. Organización	35. Los animales
17. Sentido artístico	36. Trabajos artísticos
18. Facilidad de expresión	37. Trabajos mecánicos y técnicos
19. Facilidad para idiomas	38. La salud de las personas

Ahora toca pensar un poco. Primero de forma individual y después toda la clase: ¿qué **aptitudes** crees que tienen los siguientes personajes famosos para **hacer bien su trabajo**?

	Pablo Picasso. Pintor.		Rafael Nadal. Tenista. Nº 1 del mundo
	Patricia Conde. Presentadora de TV.		Carmen Machi. Actriz.
	Albert Einstein. Científico Premio Nobel.		Jane Goodall. Científica. Premio Príncipe de Asturias

Como has visto, cada profesión necesita de una serie de cualidades que permiten hacer mejor nuestro trabajo. Ahora es el momento de reflexionar y realizar otra actividad de **autoconocimiento**. Se trata de descubrir las habilidades y aptitudes que destacan más en ti. Hazlo con sinceridad.

Ésta es la escala de valores que vamos a utilizar:

1.- Muy poco o nada 2.- Poco o algo 3.- Normal 4.- Bastante o bien 5.- Mucho o muy bien

En cada bloque debes sumar los números señalados y anotar el resultado en la casilla correspondiente. Fíjate muy bien en las preguntas y piensa antes de responder.

1. Habilidades manuales o mecánicas					
Se me da muy bien:	Nada			Mucho	
1. El dibujo lineal	1	2	3	4	5
2. Reparar aparatos (bicicletas, motores, juegos, etc.)	1	2	3	4	5
3. Montar algo después de haberlo desarmado	1	2	3	4	5
4. El bricolaje	1	2	3	4	5
5. Manejar herramientas	1	2	3	4	5
Suma					

2. Habilidades para el cálculo					
	Nada			Mucho	
6. Tengo rapidez y exactitud en el cálculo mental	1	2	3	4	5
7. Resuelvo problemas sin fallar en las operaciones	1	2	3	4	5
8. Se me dan bien los ejercicios de ecuaciones	1	2	3	4	5
9. Suelo hacer bien las operaciones con números enteros y decimales	1	2	3	4	5
10. Aplico con facilidad un porcentaje de aumento o descuento a una cantidad	1	2	3	4	5
Suma					

3. Aptitud verbal					
	Nada			Mucho	
11. Encuentro con facilidad palabras adecuadas a lo que quiero decir	1	2	3	4	5
12. Cuando estudio suelo entender el significado correcto de la mayoría de las palabras	1	2	3	4	5
13. Tengo facilidad para buscar sinónimos de las palabras	1	2	3	4	5
14. Me gusta la lectura	1	2	3	4	5
15. Redacto bien, soy capaz de expresarme por escrito	1	2	3	4	5
Suma					

4. Habilidades para las relaciones sociales					
	Nada			Mucho	
16. Me gusta conocer gente nueva	1	2	3	4	5
17. Soy sociable, me relaciono con facilidad	1	2	3	4	5
18. Si tengo dudas, no tengo problemas en preguntar	1	2	3	4	5
19. No me importa hablar en público	1	2	3	4	5
20. Soy capaz de animar a mis amigos si están tristes o tienen algún problema	1	2	3	4	5
Suma					

5. Aptitud espacial					
	Nada			Mucho	
21. Hago los puzzles con gran facilidad	1	2	3	4	5
22. Me oriento bien sobre un mapa	1	2	3	4	5
23. Cuando veo el plano de una vivienda me hago una idea clara	1	2	3	4	5

de su distribución y dimensiones					
24. Soy capaz de imaginar objetos y figuras en tres dimensiones	1	2	3	4	5
25. Me oriento con facilidad por la ciudad	1	2	3	4	5
Suma					

6. Memoria					
	Nada			Mucho	
26. Suelo reconocer a personas a las que sólo he visto una vez	1	2	3	4	5
27. Cuando leo u oigo algo me suelo quedar con la mayoría de datos	1	2	3	4	5
28. Recuerdo bien lo estudiado	1	2	3	4	5
29. Se me quedan bien los datos y fechas históricas	1	2	3	4	5
30. Si observo con atención una película, soy capaz de retener casi todos sus detalles	1	2	3	4	5
Suma					

7. Razonamiento					
	Nada			Mucho	
31. Planteo bien y sin dificultad los problemas	1	2	3	4	5
32. Resuelvo bien las series tanto de números como de letras	1	2	3	4	5
33. Sigo y comprendo bien las demostraciones matemáticas	1	2	3	4	5
34. Tengo facilidad para entender las explicaciones en clase	1	2	3	4	5
35. Al leer un problema reconozco con facilidad cómo resolverlo	1	2	3	4	5
Suma					

8. Aptitud artística					
	Nada			Mucho	
36. Tengo facilidad para tocar instrumentos musicales	1	2	3	4	5
37. Soy creativo/a en los trabajos que realizo	1	2	3	4	5
38. La gente valora mucho mis dibujos	1	2	3	4	5
39. Se me dan muy bien los trabajos manuales	1	2	3	4	5
40. La gente suele alabar mis cualidades artísticas	1	2	3	4	5
Suma					

Obtención de los resultados

Traslada las puntuaciones obtenidas en cada bloque al **Cuadro – Resumen** y realiza las operaciones que se te indican:

Cuadro – Resumen			
APTITUDES	Suma Total	Dividido entre 5	Multiplicado por 2 (Puntuación Global)
Mecánicas			
Cálculo			
Verbal			
Relaciones Sociales			
Espacial			
Memoria			
Razonamiento			
Artística			

Ahora es el momento de que encuentres qué **tipo de estudios** son más acordes con tus **aptitudes**. Para ello:

1. Escribe la puntuación global obtenida en cada rasgo en la casilla correspondiente.
2. Multiplica esa puntuación por el número que se indica en cada casilla de la columna que corresponda.

3. Suma las distintas puntuaciones de cada fila y anótalo en la casilla del subtotal.
4. Divide este resultado entre 30 (con un decimal) y anótalo en la última casilla. Obtendrás una puntuación entre 1 y 10.

	Mecánica	Cálculo	Verbal	Rels. sociales	Espacial	Memoria	Razonamiento	Artística		
Puntuación Global									Subtotal	Divide entre 30
Tecnológico	x 6 =	x 5 =	x 2 =	x 1 =	x 6 =	x 2 =	x 7 =	x 1 =		
Científico	x 4 =	x 7 =	x 3 =	x 1 =	x 4 =	x 3 =	x 7 =	x 1 =		
Biosanitario	x 2 =	x 3 =	x 3 =	x 4 =	x 3 =	x 9 =	x 5 =	x 1 =		
CC. Sociales	x 1 =	x 5 =	x 7 =	x 5 =	x 2 =	x 5 =	x 4 =	x 1 =		
Humanidades	x 1 =	x 1 =	x 10 =	x 4 =	x 2 =	x 7 =	x 4 =	x 1 =		
Artístico	x 6 =	x 1 =	x 4 =	x 1 =	x 5 =	x 1 =	x 2 =	x 10 =		

SÍNTESIS DE LA UNIDAD:

Anota los tres ámbitos en los que has obtenido una mayor puntuación en la tabla anterior. No te olvides de puntuarlos aquí abajo.

1. Puntuación:
2. Puntuación:
3. Puntuación:

5ª PARTE: EL INSTITUTO Y YO (Mi trayectoria como estudiante)

Continuamos con nuestro proceso de descubrir cómo somos y qué es lo que más nos interesa y conviene para nuestro futuro. Ahora vas a analizar un poco cómo ha sido y es tu situación personal respecto a los estudios, con el objetivo de ayudarte en la elección de estudios o salidas profesionales para el próximo año. Es importante que contestes con la mayor sinceridad y reflexionando lo que se te pide. ¡Adelante!

1. ¿Cómo valoras las calificaciones obtenidas en tus estudios hasta el momento?

- Muy buenas
- Buenas
- Regulares
- Malas

2. ¿Cuáles son tus puntos fuertes a la hora de estudiar? Señala dos.

- Estoy bastante atento en las clases
- Soy inteligente
- Utilizo técnicas de estudio de forma habitual
- Me esfuerzo mucho
- Estudio y hago las tareas el último día
- Soy ordenado y me planifico bien
- Llevo un trabajo diario
- Acudo a clases particulares
- Soy autónomo a la hora de aprender
- O.....

3. Al acabar la ESO, si consigues el Título de Graduado, ¿sabes qué estudios puedes seguir? ¿Cuáles?

4. Al acabar la ESO, si no consigues el Título de Graduado, ¿sabes qué alternativas tienes? ¿Cuáles?

5. ¿Te sientes capacitado para seguir estudiando Formación Profesional o Bachillerato?

- Sí, me siento capaz de estudiar FP, porque.....
- Sí, me siento capaz de estudiar Bachillerato, porque.....
- No me siento capaz de seguir estudiando, porque.....
- Me siento capaz para seguir estudiando, pero prefiero empezar a trabajar
- Es un tema que no me preocupa.
- O.....

6. Para desempeñar cualquier trabajo o profesión es necesario tener una serie de habilidades y destrezas que nos faciliten su realización. ¿Qué cualidades dominas más?

- Manuales (para la construcción, las artes, la madera, etc.)
- Sociales (conocer las relaciones entre grupos, labores de ayuda a los demás, etc.)
- Tecnológicas (conocimiento de circuitos, informática, motores, etc.)

- Científicas (relacionadas con la salud, la investigación, etc.)
- Intelectuales (economía, idiomas, etc.)
- Físicas (deportes, tareas que requieren esfuerzo físico, etc.)

7. Escribe tres profesiones que te gustaría poder desempeñar una vez terminados tus estudios. Anótalas por orden de preferencia.

- I.
- II.
- III.

8. ¿Crees que podrás llevar a cabo la preparación para la profesión que te gustaría ejercer el día de mañana?

- Sí.
- No. ¿Por qué?.....
- Tengo dudas. ¿Por qué?

9. ¿Cuáles son tus objetivos en el futuro? Señala sólo uno.

- Trabajar en aquello que me gusta
- Quiero ganar mucho dinero
- Me gustaría continuar con el negocio de mi familia
- Trabajar en lo primero que encuentre
- Montar mi propia empresa
- Estudiar algo hasta encontrar algo que me guste
- Trabajar en una gran empresa

10. Señala la situación que se parece más a la tuya:

- No me he planteado lo que voy a hacer el curso que viene
- Me lo estoy planteando, pero todavía no lo tengo claro.
- Ya tengo decidido lo que voy a hacer.
- O.....

11. Cuando piensas acerca de lo que tienes que hacer a partir del próximo curso, ¿qué es lo que más te preocupa? Señala tres como máximo.

- El nivel de exigencia en cuanto a los contenidos de los estudios
- No poder acabar los estudios iniciados
- Separarme de mis amistades y de mi ambiente
- El cambio de profesorado
- El desacuerdo de mis padres respecto a mi elección
- No saber bien en qué van a consistir los estudios escogidos
- La larga duración de los estudios hasta llegar a ejercer una profesión
- O.....

12. Ante una elección importante como la de los estudios futuros, ¿qué actitud toman tus padres?

- Me dejan elegir
- Me obligan a elegir lo que a ellos les parece mejor para mí
- No me consultan y me imponen lo que ellos creen conveniente
- Dialogamos y llegamos a acuerdos conjuntamente
- Suelo tomar mis decisiones sin consultar a nadie

6ª PARTE: MIS INTERESES

MIS INTERESES PROFESIONALES

Te habrás dado cuenta de que no todas las cosas te gustan por igual. Hay algunas que prefieres sobre otras. Esas preferencias que tú muestras a la hora de actuar, de elegir, de trabajar... son tus INTERESES.

Tus INTERESES son importantes ahora y en el futuro, ya que según ellos tratarás de elegir entre diferentes alternativas para llegar a conseguir el trabajo que desees. Conocer tus INTERESES te ayudará a saber más de ti y será un factor muy importante a la hora de tomar tus decisiones.

En esta actividad se plantean varias afirmaciones que te pueden servir de ayuda para mejorar tu autoconocimiento y saber qué tareas son las que más te satisfacen. Para responder correctamente pon una cruz en la casilla que corresponda a lo que se adapta mejor a tu situación personal, ¿de acuerdo?

	MUCHO	ALGO	POCO	NADA
1. ¿Te gusta pasar el tiempo libre haciendo reparaciones (eléctricas, moto, bici, etc.)?				
2. ¿Has ayudado a alguien a trabajar en el campo?				
3. ¿Pasarías parte de tu tiempo libre ocupándote de niños en colonias de verano, centros de juventud, etc.?				
4. ¿Te gustaría escribir cartas, artículos, un diario personal, etc.?				
5. ¿Te gustaría soldar piezas de hierro o acero?				
6. ¿Te gustaría trabajar en un hospital?				
7. ¿Te gustaría hablar en público, en una asamblea o delante de un grupo considerable de personas?				
8. ¿Te interesan las discusiones sobre las cualidades de una película, novela, teatro u obra de arte?				
9. ¿Te gusta ver trabajar a los instaladores de TV, técnicos de reparación, mecánicos, etc.?				
10. ¿Sueles criar o cuidar algún animal doméstico?				
11. ¿Participarías en un estudio para encontrar medios de mejorar el nivel de vida de una población?				
12. ¿Te gustaría descifrar una descripción árabe y hacer investigaciones sobre su origen?				
13. ¿Te gustaría saber cómo funciona un ordenador o una calculadora?				
14. ¿Consideras interesante el trabajo en una farmacia?				
15. ¿Te interesan los problemas sociales de tu localidad: ancianos, guarderías, zonas verdes, áreas de cultura y deportivas, etc.?				
16. ¿Te presentarías a un concurso de narración literaria o poesía?				
17. ¿Pasaría a gusto unos días arreglando un coche viejo?				
18. ¿Te gustaría coleccionar fósiles, minerales, plantas, insectos, etc.?				
19. ¿Te gustaría hacer una encuesta de opinión pública?				

20. ¿Te llama la atención visitar museos, exposiciones de arte, asistir a conferencias?				
21. ¿Te gustaría formar parte de un equipo encargado de descubrir nuevos materiales o productos innovadores?				
22. ¿Te interesaría hacer un curso de socorrismo y primeros auxilios?				
23. En la venta de un producto tiene gran relevancia la publicidad. ¿Te interesaría visitar una agencia de publicidad y ver cómo funciona?				
24. ¿Te gustaría trabajar en un periódico?				
25. ¿Pasas mucho tiempo intentando resolver un problema por el único placer de encontrar la solución por ti mismo?				
	MUCHO	ALGO	POCO	NADA
26. Si tuvieras oportunidad, ¿te apuntarías como voluntario de la Cruz Roja?				
27. ¿Te gustaría hacer diversos reportajes para periódicos o revistas?				
28. ¿Te interesa actuar en obras de teatro?				
29. ¿Te gustaría realizar experimentos físicos y químicos en un laboratorio?				
30. ¿Te atrae la posibilidad de trabajar para recuperar a personas con algún tipo de discapacidad?				
31. Si en tu instituto se hiciera un periódico escolar, ¿te comprometerías a escribir una columna asiduamente?				
32. ¿Te gustaría ordenar, clasificar y llevar el control de los libros y documentos de una biblioteca?				
33. ¿Te gustaría construir edificios, manejar una excavadora, hacer hormigón armado, etc.?				
34. ¿Te atraen las iniciativas de investigación científica de los fenómenos de la Tierra y de los océanos?				
35. ¿Te gusta el cálculo, la contabilidad y llevar el control de los gastos?				
36. ¿Querrías aprender varios idiomas extranjeros para poder comunicarte con más personas?				
37. Si se estropea un aparato eléctrico o un juguete que funciona mecánicamente, ¿lo desmontas e intentas arreglar?				
38. ¿Te gustaría trabajar mejorando la calidad de los alimentos?				
39. ¿Te atrae la labor de mejorar las relaciones entre las personas y de ayudarles en su maduración?				
40. ¿Eres de los que se preocupan por dar con el significado exacto de las palabras o expresión que no se entiende muy bien?				
41. ¿Te gusta hacer maquetas, trabajos con marquetería, etc.?				
42. ¿Te preocupa el deterioro del medio ambiente y te apuntarías a realizar una campaña de protección de la naturaleza?				
43. ¿Te gusta animar a los demás para que hagan lo que a ti te interesa?				
44. ¿Te gusta la lectura y le dedicas bastante tiempo por placer?				
45. Si tuvieses oportunidad de trabajar en un taller mecánico durante tus vacaciones, ¿lo aceptarías?				
46. ¿Te interesaría trabajar en el desarrollo de cultivos marinos?				
47. ¿Te apasionan las biografías de hombres de negocio (Bill Gates, Florentino Pérez, Steven Spielberg, etc.)?				
48. ¿Eres de los que les gusta oír o participar en un debate sobre algún tema polémico?				
49. Tus padres han comprado un terreno. ¿Te interesaría ver cómo el arquitecto hace los planos y hacer tú sugerencias al respecto?				
50. ¿Te gustaría ver una operación quirúrgica de trasplante de órganos?				
51. Se hace una encuesta para las próximas elecciones. ¿Te interesaría hacer el recuento y anticipar los resultados?				
52. Las materias de estudio que más te interesan, ¿son la Historia, la Literatura y la Lengua?				
53. ¿Crees que te gustaría un trabajo que implicase la investigación?				
54. ¿Estarías dispuesto a realizar sesiones de relajación, concentración mental y yoga?				
55. ¿Te gustaría defender en un juicio a la parte más débil y necesitada?				

56. ¿Tienes habilidad para resolver crucigramas y jeroglíficos?				
57. ¿Te apuntarías para colaborar en un programa de instalación de placas solares en tu casa o en el instituto?				
58. ¿Participarías en una iniciativa de salvamento de animales en peligro de extinción?				
59. ¿Te gustaría valorar los pros y los contras en una disputa y buscar las posibles soluciones?				
60. ¿Te preocupa el futuro de la humanidad y los enigmas que quedan todavía por resolver en el ámbito de la evolución?				

CONOCE TUS INTERESES (Solución)

Vas a contar las cruces (x) marcadas en las hojas anteriores para luego descubrir su interpretación. Debes hacerlo siguiendo las instrucciones para puntuar, pues puede resultar un poco complicado. Pon atención y comprueba bien tus resultados.

PASO 1

Cada (x) señalada en el apartado MUCHO = 3 puntos

Cada (x) señalada en el apartado ALGO = 2 puntos

Cada (x) señalada en el apartado POCO = 1 punto

Cada (x) señalada en el apartado NADA = 0 puntos



PASO 2

Suma los puntos de las preguntas que están agrupadas según los siguientes intereses.

INTERESES "A". Preguntas: 1-5-9-13-17-21-25-29-33-37-41-45-49-53-57.

INTERESES "B". Preguntas: 2-6-10-14-18-22-26-30-34-38-42-46-50-54-58.

INTERESES "C". Preguntas: 3-7-11-15-19-23-27-31-35-39-43-47-51-55-59.

INTERESES "D". Preguntas: 4-8-12-16-20-24-28-32-36-40-44-48-52-56-60.

PASO 3

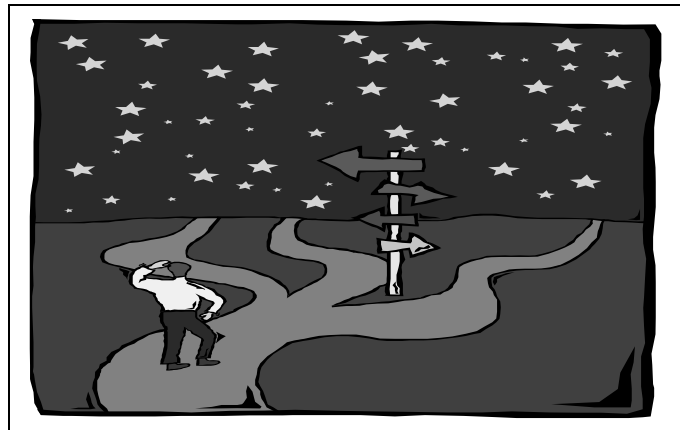
Anota aquí las puntuaciones finales obtenidas:

INTERESES "A" = _____ puntos (**Intereses CIENTÍFICO-TECNOLÓGICOS**)

INTERESES "B" = _____ puntos (**Intereses BIO-SANITARIOS**)

INTERESES "C" = _____ puntos (**Intereses SOCIALES**)

INTERESES "D" = _____ puntos (**Intereses HUMANÍSTICOS-LINGÜÍSTICOS**)



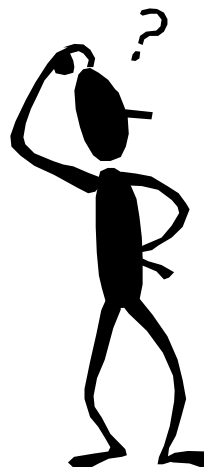
Aprendemos a tomar decisiones

Lee los siguientes casos y trata de dar una respuesta correcta, individualmente primero y luego en grupos. Al final haremos una puesta en común.

Lo importante no es que los resuelvas rápidamente, sino que consultes distintas fuentes para encontrar la solución más adecuada.

Ya sabes que el proceso de toma de decisiones no puede

hacerse sin pensar. Así que ponte manos a la obra y... ¡a pensar!



CASO 1

Mamerto tiene 16 años y está cursando 4º de ESO, pero no va demasiado bien. Intuye que el curso próximo tendrá que repetir, pero no le apetece nada hacerlo. Su meta es cursar un Ciclo Formativo de Grado Superior, en concreto *Administración y finanzas*.

- ¿Puede acceder al Ciclo el curso próximo?
- ¿Tiene que cursar Bachillerato necesariamente?
- ¿Le interesa más cursar un Ciclo de Grado Medio?
- ¿Qué le aconsejarías que hiciera? ¿Por qué?

Mi solución individual es:

Solución del grupo:

Solución de la clase:

CASO 2

Eufemia va a cumplir 16 años y está cursando 4º de ESO. Quisiera estudiar *Empresariales, Económicas* o algo similar. Sus padres consideran que a ella se le dan mejor las letras que las ciencias, porque a veces ha tenido problemas con las *Matemáticas*.

- a) ¿Qué Bachillerato le aconsejarías que hiciera? ¿Por qué?
- b) ¿Qué otra opción le recomendarías? ¿Por qué?
- c) ¿De qué asignaturas se tendrá que examinar en la Prueba de Acceso a la Universidad?

Mi solución individual es:

Solución del grupo:

Solución de la clase:

CASO 3

Toribio va a cumplir 16 años y está en 4º de ESO. Es un estudiante muy responsable y suele obtener buenas notas. Le gustaría hacer *Medicina*. En su Instituto se imparte el Bachillerato de Ciencias y Tecnología, y no sabe si se tiene que cambiar de centro.

- a) ¿Necesariamente tiene que cambiar de Instituto? ¿Por qué?
- b) Si decide quedarse, ¿qué asignaturas deberá cursar en 1º de Bachillerato?
- c) ¿Cuáles son los inconvenientes de permanecer en el centro o de cambiar a otro?
- d) ¿Qué otras posibilidades de estudio tendría Toribio, si no pudiera acceder finalmente a *Medicina*, y que estuvieran relacionadas con sus intereses?

Mi solución individual es:

Solución del grupo:

Solución de la clase:

CASO 4

Ricarda tiene 17 años y está repitiendo 4º de ESO. Nunca ha sido una estudiante brillante: ha ido aprobando todos los cursos *raspando*, hasta que el año pasado suspendió seis asignaturas. Fue un golpe muy duro para ella. Ha estado muy triste y no tiene nada claro qué hacer. Siempre ha comentado con su familia y su grupo de amistades que querría dedicarse a algo relacionado con los cuidados de la imagen personal.

a) ¿A qué estudios podría acceder Ricarda?

Supón que eres el orientador del Instituto donde estudia Ricarda y que debes darle información básica sobre la Formación Profesional de Grado Medio. Haz un breve resumen de lo más importante que debería conocer.

Mi solución individual es:

Solución del grupo:

Solución de la clase:

Profesiograma

LA PROFESIÓN ES _____

ESTUDIOS NECESARIOS (Título) _____

LUGAR DE TRABAJO

Características (subraya o rodea con un círculo):

Al aire libre Variable Fijo Recinto cerrado Ambiente agradable
Otro:.....

CONDICIONES LABORALES

Horario: Fijo, de ____ a ____ Variable: _____

Nº de horas al día: _____ Vacaciones:

Riesgos o peligros para la salud:

Sueldo aproximado: _____

Estabilidad laboral (rodea con un círculo):

Contratos temporales Contrato indefinido Contratos en prácticas
Funcionario

Prestación de servicios Otro: _____

INSTRUMENTOS DE TRABAJO:

PRINCIPALES TAREAS:

PROMOCIÓN (mejora de la categoría o nivel en el puesto de trabajo)

Se puede promocionar a otra categoría superior. ¿Cómo? _____

No se puede promocionar a otra categoría superior. ¿Por qué? _____
