



| | | |
|---------------------------------------|--------|---------------------------------|
| Asignatura: Orientación Educativa V | | Guía extraordinario. Enero 2025 |
| Orientador: Florencio Noriega Vilchis | | Aciertos: |
| Alumno: | Grupo: | Calificación: |

I.- Instrucciones: revisión de guía, previa cita. Con tinta azul y letra clara, contesta cada una de las siguientes preguntas; máximo 3 renglones por respuesta; utiliza tus apuntes. Al final te comparto datos, **lo que no encuentres, investigalo. Daré puntaje quien entregue su guía días antes. Al final de esta guía, viene la bibliografía, donde puedes consultar.**

Cuestionario

- 1- Qué es vocación.
- 2- Es una característica de la madurez emocional.
- 3- Es la planeación de tu realización personal y profesional.
- 4- Acción que lleva implícita la necesidad de renunciar.
- 5- Se refiere a las profesiones u ocupaciones de toda la familia.
- 6- Inteligencia que consiste en conocernos mediante un autoanálisis.
- 7- Inteligencia que consiste en saber relacionarnos
- 8- Ve el Video: "El camino del guerrero", di que es lo más importante, según su guía espiritual.
- 9- Elegir, implica:
- 10- Tomar decisiones requiere:
- 11- Tiene que ver con el paso 5 del proceso de toma de decisiones.
- 12- Es mejor decidir y equivocarse, ¿a qué paso del proceso se refiere?

13- Cuando hablamos de tus habilidades, personas que pueden ayudarte, recursos materiales, ¿qué paso es?

14- ¿Qué te conviene más, está relacionado con?

15- El qué sí deseas y qué quieres evitar, está relacionado con:

16- Ámbito donde tus decisiones están relacionadas con consumir drogas o no.

17- Menciona cuando menos 6 criterios de elección

18- Menciona las cuatro etapas del ciclo de violencia en la pareja

19- Qué es la autoestima

20- ¿Para qué me sirve la información socio profesional?

21- Menciona 2 estrategias para romper con el ciclo de violencia

22- Menciona 3 objetivos vitales

23- El test CHASIDE, nos permite conocer

24- ¿Cuál es una posible raíz de la conducta violenta?

25- ¿Qué riesgo corremos al no tener un proyecto de vida?

TE COMPARTO ALGUNOS DATOS

CRITERIOS DE ELECCIÓN

Entendemos por criterios de elección las condiciones sociales asociadas con los distintos campos profesionales. Entre los criterios encontramos el **lugar deseado para trabajar los instrumentos con los que desempeñas tu tarea, los objetos o personas que esperas descubrir en tu espacio ocupacional, las actividades profesionales y el ritmo con el que se ejecutan así como la remuneración que esperas recibir por mi trabajo profesional.** Cada uno de estos criterios tiene una relación con tu personalidad. Esto será una manera más de descubrirte en tus aspiraciones. Como educadores sabemos que para que la persona logre un aprendizaje significativo necesita integrar el nuevo conocimiento a su experiencia personal. Hasta ahora hemos trabajado en **ampliar tu auto concepto que implica conocer tus características personales, tus intereses habilidades y valores.**

Ahora nos toca vincular lo recién descubierto o redescubierto con el ambiente exterior para ello debemos reflexionar en los criterios de elección. Cuando conozcas cuales son los criterios que tendrás en cuenta para hacer tu futura elección si prefieres trabajar en **un lugar al aire libre o en una oficina, con máquinas o rodeado de personas dando o siguiendo órdenes, entonces podrás pensar en opciones ocupacionales**. Te ayudaremos a reducir las opciones profesionales que han ido surgiendo a lo largo de este proceso a conocer los estereotipos que has ido haciendo tuyos y a **proyectar tú estilo de vida**. También intentaremos motivarte para que emprendas una búsqueda de información profesional y ocupacional veraz. Nuestra percepción de las ocupaciones está relacionada con nuevos valores individuales junto con los valores sociales y específicos de la comunidad a la que pertenecemos. De esto pueden surgir **los estereotipos es decir una imagen de cierta carrera** formada a partir de la concepción que de ella tiene el grupo al que pertenecemos. A pesar de que los estereotipos no están conformados enteramente por la realidad, sino más bien, por una pequeña parte, en ocasiones pueden ser tan fuertes o estar tan arraigados en la cultura social que desvían nuestra percepción. **El compromiso que tenemos los educadores es motivar a los jóvenes como tú para que se confronten con su realidad así como ofrecerles las herramientas que los lleven a conquistarla**. Lo que es muy importante en este momento es que amplíes tu marco de referencia y las posibilidades que existen en el exterior. Esto no quiere decir que te enfrentes con tu comunidad sino que cuestiones sus prejuicios y estereotipos, mediante una búsqueda objetiva de las carreras técnicas o profesiones que existen en tu medio para conseguir así la claridad de la información. **De esta manera podrás entrar a un proceso que te permita evaluar las opciones que se te ofrecen Los criterios de elección surgen a partir de los valores y características de la personalidad de un individuo en su relación con el medio social**. Es difícil delimitar los criterios de elección relacionados con cada proceso de decisión. Pues están ligados de forma directa a la cultura y la comunidad de la que emergen.

ORIENTACIÓN PROFESIONAL: La finalidad de la orientación profesional es la de ayudar al individuo, en absoluta libertad de elegir, a adaptar sus aptitudes a una actividad determinada y facilitar el desarrollo de su personalidad integrada en forma productiva a la sociedad lo cual es la meta de la orientación profesional. (Cueli, 1973)

VOCACIÓN: Llamado a cumplir una necesidad pero no es el cumplimiento; este es la profesión. La vocación es un impulso, una urgencia, una necesidad insatisfecha, la satisfacción de esa necesidad es la profesión. (Cueli, 1973)

OCUPACIÓN: Nombre con el que se designan las expectativas que tienen los demás individuos respecto a la actividad laboral de un individuo.

IDENTIDAD OCUPACIONAL: Es la autopercepción a lo largo del tiempo en término de roles ocupacionales. Incluirá un cuando, un a la manera de quien, un con qué, un cómo y un dónde.

CARRERA: Trayectoria vital de trabajo, estudio y actualización permanente y no la profesional técnica o universitaria que la persona estudio en una etapa de su vida y que por sí misma es limitativa, reconociendo que estos estudios son solo las herramientas básicas sobre las cuales los profesionistas inician su carrera.

REFLEXIÓN:

En la vida, uno elige o lo eligen, toma decisiones o espera a que otros las tomen por uno. Tú tienes que pensar qué tipo de persona eres. Ninguna respuesta es buena o mala, no eres mejor personas si eliges o si te eligen. En realidad hay ocasiones en que elegimos y otras en que somos elegidos. Hay siempre aspectos valiosos en ambas situaciones; pero cada situación amerita un comportamiento distinto. Si pones atención en esto, podrás darte cuenta de aspectos de ti mismo que antes desconocías.

TOMA DE DECISIONES

TODO EL TIEMPO ESTAMOS TOMANDO DECISIONES: DÓNDE Y QUÉ ESTUDIAR, UNA PAREJA, UN TRABAJO, ETC.

- TU CAPACIDAD DE ELEGIR TE DARÁ SEGURIDAD EN TI MISMO
- TE DARÁS CUENTA QUE TIENES UN PAPEL ACTIVO
- GRAN PARTE DE TU FUTURO ESTÁ EN TUS MANOS.

TOMAR DECISIONES REQUIERE:

- PENSAR ADECUADAMENTE

- **REGULAR EMOCIONES**

- MUCHAS VECES AL HABLAR CON ALGUIEN (SIN QUE ME ACONSEJE) ACLARA NUESTRAS IDEAS PARA BIEN DECIDIR.

PASOS SUGERIDOS

- 1- **¿QUÉ QUIERES?:** QUÉ SI DESEAS VS QUÉ QUISIERAS EVITAR

QUÉ ESTÁ INTERFIRIENDO?

OTRAS INFLUENCIAS: LO QUE LOS AMIGOS HACEN, LA PUBLICIDAD; **EL TEMOR “AL QUE DIRÁN”**

TUS VALORES: **TIENES DERECHO A INVESTIGAR NUEVOS CAMINOS;** LO QUE NO TE GUSTA, NO LO HAGAS.

- 2- **¿QUÉ OPCIONES TIENES?** TUS HABILIDADES;
QUÉ PERSONAS PUEDEN AYUDARTE
RECURSOS MATERIALES

- 3- **¿QUÉ TE CONVIENE MÁS?:** RESULTADOS A CORTO Y LARGO PLAZO
ESFUERZO DE UNA DECISION U OTRA
RIESGO

- 4- **¿QUÉ ESCOGES?** EL BENEFICIO SERÁ TUYO
NO ESPERAR A QUE OTROS DECIDAN
LUCHA POR TUS METAS Y NO TEMAS AL ERROR: **ES MEJOR DECIDIR Y EQUIVOCARSE**

NO SOMOS PERFECTOS NI SE TRATA DE SER EL MEJOR; NO SE TRATA DE QUEDAR BIEN CON LOS DEMÁS

- 5- **¿HAY ALGO QUE CORREGIR?:** CÓMO TE FUE. **BUSCAR OTRAS RESPUESTAS.**

CICLO DE VIOLENCIA

Está constituido por tres etapas en donde las interacciones violentas dentro de la pareja están vinculadas con un incremento de la tensión en las relaciones de poder establecidas. Durante el ciclo intercambios son cada vez más tensos y allí es cuando emerge la violencia física.

Fase I: "De acumulación de tensión"

Aquí se dan pequeños episodios que llevan a roces permanentes entre los miembros de una pareja, con un incremento constante de ansiedad y de hostilidad. Esta fase puede durar años, por eso, si la víctima busca ayuda se puede prevenir la irrupción de la fase aguda o del golpe.

Fase II: "Del Golpe"

Esta es la etapa en donde la mujer, frente al golpe, lleva a cabo la denuncia judicial. La violencia física se convierte en un detonador y es por eso que intenta poner fin a ésta crisis.

Fase III: "De idealización o luna de miel"

Finalmente se produce el arrepentimiento por parte del él. La mujer lo perdona y vuelve a creer en su pareja debido a su escasa capacidad de poner en palabras lo que siente y piensa. En ésta fase, él demuestra su arrepentimiento y suele hacerle regalos para que ella vea que es el hombre del cual se enamoró. Frente a tal comportamiento, la mujer deja sin efecto la denuncia.

BIBLIOGRAFÍA Fernández Cáceres Carmen, **Habilidades para la vida, Centros de Integración Juvenil, A. C., guía para educar con valores. 5ª reimpresión, IPN, septiembre 2007.** Eva Marcuschamer Stavchanski, **Orientación Vocacional. McGrawHill Educación. Cuarta edición.**