



GUÍA ORIENTADORA PARA REALIZAR ACCIONES EN PRO A LA ORIENTACIÓN SOCIO OCUPACIONAL A LOS ESTUDIANTES DE COLEGIOS OFICIALES

1. QUÉ ES LA ORIENTACIÓN SOCIO OCUPACIONAL

La orientación socio-ocupacional busca:

“una comprensión integral del individuo, teniendo como base la premisa que el ser humano se construye a partir de su interacción permanente con el entorno social, político, cultural y económico en el que se desenvuelve; en este proceso cada persona configura su identidad y sus imaginarios acerca de lo que desea para su vida, reconoce sus motivaciones esenciales, sus intereses, sus creencias, se propone metas a alcanzar e identifica diversas rutas de acción para lograrlas, buscando satisfacción, bienestar y sentimientos de logro” (MEN, 2015).

Las trayectorias que se construyen a lo largo de la vida, en relación con las condiciones del contexto, y con el apoyo, acompañamiento e intervención de las familias y los agentes educativos.

Los factores que intervienen en la toma de decisión socio ocupacional son múltiples e importantes de formas diferentes.

“Se combinan factores individuales (las capacidades, los intereses, las experiencias en el ámbito escolar y extraescolar, los proyectos, las características de personalidad) y los factores contextuales (las decisiones que toman los amigos, consejos de los padres, las opciones que se ofrecen y la institución donde se cursa cada una de ellas, las imágenes sociales de cada alternativa, etc.)” (Morchio de Uano, 2033)

La orientación socio-ocupacional se basa en tres componentes:

1 • Autoconocimiento: en este se identifican y se analizan los intereses, gustos, preferencias, aversiones sobre estudio y trabajo; teniendo en

cuenta las experiencias de vida, potencialidades y expectativas, así como el contexto geográfico y socioeconómico, y las trayectorias escolares y laborales. Igualmente, imaginarios sobre estilos de vida, roles sociales, intereses, prácticas sociales y visión del futuro.

2 • Mundo del trabajo: en este se relacionan las expectativas de ocupación en el mercado laboral, a través del reconocimiento del contexto y de las posibilidades que ofrece (actividades económicas locales, salidas ocupacionales), con las diferentes características de las ocupaciones y la identificación de las competencias socioemocionales.

3 • Mundo de la formación: en este se identifican los factores que se deben tener en cuenta como las posibilidades educativas, los programas, las instituciones, mecanismos de ingreso, costos, entre otros.

En el siguiente documento se provee de un material dirigido a los profesionales que desarrollan actividades de acompañamiento In Situ, en las Instituciones Educativas del Distrito. Para que, desde su campo de conocimiento propio, tengan las herramientas para guiar estos procesos de Orientación Socio Ocupacional.



ALCALDÍA DE
BARRANQUILLA

| Soy **BARRANQUILLA**

Hola, Hola, Bienvenidos a este espacio creado solo para ti. Soy _____ y los voy a acompañar a tomarse el tiempo de pensar sobre lo que pasa alrededor de esa pregunta ¿y ahora qué hago? ¿luego de salir del colegio, que haré? Resalto que en este espacio no se trata de decirles si está mal o no lo que piensan, o juzgar a quienes no tienen respuesta para esas preguntas. Por el contrario, se trata de pensar en este espacio como un buscador de google, en donde podrás hacer cualquier pregunta e ir reafirmandote que si PUEDES. Aunque en ocasiones no lo pienses así.

En este espacio te daré, varios TIPS para que poco a poco, puedas ir dándole forma a esa respuesta.

Momento # 1 “Más allá del Sueño”

Hablar de los sueños puede ser un discurso que se puede tomar como algo fantástico, como algo que solo se verá en las películas de Disney y solo unos pocos personajes tienen la suerte de hacerlos realidad. Como si solo se pudiese conseguir en un mundo ideal. Pero NO, en este momento hablaremos de los SUEÑOS, como lo que son, esa visión de mi futuro, como ese espejo que refleja mi imagen, luego de un tiempo, el tiempo lo colocan ustedes, 1 año, 2 años, 3, años, 5 años. Entendiendo que cada uno de ustedes toma esa palabra “SUEÑOS” y le da un significado y un tiempo diferente.

Ahora hablemos del significado que le da cada uno de ustedes. Algunos pueden verlo con esperanza; otros con una visión más pesimista; algunos pueden imaginarlo con claridad, otros no tanto; unos lo imaginan y toman decisiones para alcanzarlo, otros no saben por dónde empezar; otros no hablan sobre él, pero al mismo tiempo tener un plan para avanzar. Ahora, les diré el **Tip #1, para alcanzar el sueño, primero hay que pensar ¿para que sueño?**

Vamos a pensar ¿Para qué Sueño? Y soñar en términos de ¿Para que mirar más allá de hoy?, ese ¿para qué pensar en llegar a esa meta? . Se presenta a los estudiantes la Frase “Yo sueño para...” y cada uno deberá escribir en un memito, su respuesta y pegarlo en la cartulina (resaltar que no llevará el nombre de quien lo escribe, por eso será anónimo).

... (Dar 8 minutos para que realicen la actividad) ...

Luego de que todos los estudiantes expresaran por medio de la escritura, el sentido que tiene para ellos soñar. El formador realiza una lectura rápida de las respuestas, haciendo una devolución de lo observado.

Reflexión: *Es muy fácil generar un pensamiento como “Eso lo hago después”, o “Mejor pienso que hacer cuando lleguen los resultados de las pruebas saber”, o “¿Para qué intento si no lo lograre? Por esto, es importante que recuerdes que te impulsa desde el inicio, ese ¿Para qué lo haces? Y he allí la importancia de que esa respuesta del ¿Para qué sueñas?, tenga un deseo que venga de ti, que dependa de ti. Porque si viene de algo externo. Por ejemplo: El dinero, solo dependerá de eso externo, de lo que no tienes control, de eso que puede llegar e irse, o no llegar en los tiempos que tu deseas.*

Momento 2 “¿Me conozco?”

Fijémonos en el segundo TIP (**Tip#2**), para ir más allá de ese sueño.

Esas preguntas que mencione al inicio ¿y ahora qué hago? ¿luego de salir del colegio, que haré? Pueden retumbar en nuestras cabezas con más fuerza en el último año de colegio (11°). Y de esta manera generar un mix de emociones y sentimientos. En este segundo momento nos vamos a encargar de hacer una lista de chequeo que nos permita ir ayudando a experimentar esas emociones y al mismo tiempo tomar decisiones. Sin más preámbulo, INICIEMOS.



El Primer chequeo que haremos en la lista es **¿Me conozco?**, para ello haremos 2 actividades, la primera es:

Para esta actividad nos disponemos a poner la lupa en alguna de las emociones sentidas últimamente. ¿Cuáles creen que son las emociones básicas del ser humano? Luego de que los estudiantes mencionen sus respuestas, el formador presenta las emociones básicas (Ira, miedo, tristeza, alegría), cada una escrita en una hoja diferente. Luego se les muestra en el tablero, las ramificaciones de cada emoción indicando que estas palabras podrían ser emociones que tienen como base esa emoción básica (Anexo 1).

Luego, diríjense a la emoción con la cual se sientan más identificados en este momento. Siéntense en círculo con el grupo de estudiantes que se encuentra en esa misma emoción y entre ustedes conversen teniendo en cuenta las siguientes preguntas:

- ¿En qué parte del cuerpo la sientes?
- ¿Qué has hecho cuando las has experimentado?
- ¿Cómo te gustaría poder expresarla?

... (Dar 10 minutos para que realicen la actividad) ...

Reflexión: Cuando tenemos más en cuenta cómo las percibimos y lo que nos transmiten, somos capaces de encontrar maneras más adecuadas para enfrentarlas. Y de esta manera no va armándose un bulto bajo la alfombra, de tanto que la ocultamos o negamos.

Es lo mismo que con nosotros, si no nos conocemos, difícilmente encontraremos una manera de regular lo que sentimos o lo que pensamos. Con las emociones pasa exactamente igual, hay que conocerlas en ti, para que realmente identifiques lo que te ayuda a sentirla (Sin negarla) y luego accionar.

Ya que toda acción que realizamos está motivada inicialmente por un deseo o una emoción. La RAZÓN entra a guiar esa emoción. De ahí que es tan importante poner en práctica (1) reconocerlas (2) valorarlas (3) y expresarlas de manera que nos provea de bienestar y así vincular esta comprensión de nuestras emociones, a la toma de decisiones diarias.

Nota: Esta actividad anterior puede ser complementada o sustituida con la actividad de las cartas “Barájala más despacio”

Ahora, continuaremos con la segunda actividad, recuerda que debes ir haciendo tu check list mental, para responder al final de esta actividad, “sí” o “no” te conoces.

Para cerrar esta actividad en el mismo círculo van a conversar sobre dos preguntas:

Si me pagaran por hacer lo que me gusta hacer y en lo que soy buenx ¿Qué haría?. Dar 10 minutos para que cada grupo discuta sobre esa pregunta y al finalizar, comentar a los estudiantes que estas preguntas son necesarias para ir orientando la decisión sobre ¿Qué estudiar?, algunas ya lo tendrán claro, otros no tanto. Pero no se preocupen, pueden tomar algunas herramientas para irlo averiguando. Por ejemplo: Realizar el ikigai o hacer test de orientación vocacional.

Momento # 3 ¿Conozco las oportunidades que me ofrece el mundo de la educación Superior, para alcanzar mi sueño?

Fijémonos en el tercer TIP (Tip #3), para ir más allá de ese sueño.

Una vez tomando conciencia sobre lo que te gusta, en lo que eres bueno, es necesario indagar ¿qué carrera está orientada a eso?, sabias que para eso tienes 3 caminos en la educación Superior:

1. Técnico profesional
2. Tecnólogo



								Lingualia

Y te tomes el tiempo de analizar el currículo del programa, además de todas las posibilidades de financiamiento.

Otra herramienta pueden ser los portales para buscar las becas, por ejemplo, existe uno llamada “Becas para latinos”. PERO LO MÁS IMPORTANTE EN CUANTO A CONSEGUIR EL DINERO PARA ESTUDIAR LO QUE QUIERES ES “NO RENDIRSE”, TRATAR DE CALLAR LAS VOCES QUE TE DICEN “QUE NO LO LOGRARÁS”, “QUE ESO NO ES PARA TI”. TEN EN CUENTA QUE EL CAMINO NO ES LINEAL TENDRÁS MUCHAS SUBIDAS Y BAJADAS.

Por último, te recomiendo seguir todas las redes sociales de las Universidades que te llamen la atención, además de esas te dejo algunos Instagram de personas que conversan sobre becas (Internacionales):

- Vivir_viajar_amar
- Funiber_becas
- Becas internacionales
- Lidera_tumundo
- Eduyolo
- Ana.cósmica
- Becaslatinos

Por otro lado, es clave el aprendizaje de una segunda lengua. Independientemente de la ocupación que quiera realizar. Algunas aplicaciones para aprender de manera gratuita, son:

- edX
- Duolingo
- ABA English
- Busuu
- Memrise
- Quizleth
- British Council
- Cambridge English
- VOA Learning English

Momento # 4 ¿Conozco las oportunidades que me ofrece el mundo de la laboral, para alcanzar mi sueño?

Este es el último TIP. En este, la idea es que indaguen lo que demanda el mercado laboral, en cuanto a esas ocupaciones que quieres desarrollar en un futuro y/o en el presente, si así es el caso.

Por ejemplo: Si deseo estudiar ingeniería de Sistemas, buscar las ofertas laborales que existen desde esta carrera, y así ver el perfil que están requiriendo mayormente. Y si, considero que están requiriendo programadores software. Buscar si debo ser ingeniero (Profesional Universitario para hacerlo). En este caso, no es necesario ser ingeniero para ser programador. Pero solo lo sabré si indago.

Además, si mi opción el otro año, es trabajar o estudiar y trabajar, la idea será inscribirse en portales que te ayudan a conseguir empleo o prepararse para aplicar y esto incluye en realizar tu portafolio (En varias ocasiones se piensa que como no se ha trabajado, no se puede construir una hoja de vida, pero no es así, cualquier actividad extracurricular, hasta incluir tu técnico laboral).

Además, en este caso recomiendo además de las plataformas de búsqueda de empleo, dirigirse al *centro de oportunidades (esta es una oficina de la Alcaldía)* e indagar sobre la ruta de empleabilidad, en donde pueden ayudarte sobre ¿cómo se hace una hoja de vida?, ¿cómo se presenta una entrevista?, subir a la plataforma pública de empleo, realizar cursos cortos que te ayuden a



ALCALDÍA DE
BARRANQUILLA

| Soy **BARRANQUILLA**

cualificarte en un oficio, etc. Dirección: Cra 21B #39-59, barrio San José.

Para finalizar te recuerdo información importante para el reto que se avecina, en menos de un mes, las pruebas Saber 11°. El próximo 3 y 4 de septiembre será la presentación de las pruebas Saber 11 Calendario A, por lo cual te invitamos a tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

Recuerda que este año la prueba tendrá dos sesiones en un mismo día, por lo cual es necesario planear con tiempo tus desplazamientos. Serás citado para el día sábado 3 o domingo 4.

Ten en cuenta las siguientes recomendaciones:

ANTES DE LA PRUEBA

1. **Sitio de aplicación:** Validar el lugar de presentación de la prueba, las citaciones serán publicadas el día XXXXX. Es importante calcular muy bien el tiempo del traslado desde la casa hasta el lugar donde se presentará la prueba y buscar diferentes rutas de llegada.
2. **Hora:** Verifica la hora de citación al sitio de aplicación.
3. Por precaución: Un día antes de la prueba validar a través de la página del ICFES si tu lugar de aplicación no ha cambiado.
4. Estar pendiente de las orientaciones que entregue el ICFES en los días previos a la aplicación de la prueba.
5. El día antes de la aplicación descansa lo suficiente para que puedas estar muy concentrado en tu examen.

EL DÍA DE LA PRUEBA

Para garantizar tu ingreso y presentación de la prueba debes llevar:

1. Documento de identidad válido y original, no se aceptarán fotocopias de ningún documento de identidad.
2. Citación impresa.
3. Útiles: Lápiz con mina No.2, borrador de nata y tajalápiz.

Recomendaciones:

4. Puedes llevar agua para consumo personal.
5. Debes saber que el uso de dispositivos electrónicos durante la aplicación de la prueba está prohibido, en caso de llevarlos deben permanecer apagados.

Se finaliza el espacio indagando ¿qué tal les pareció?, si ¿les gustaría saber algo más? Recuerden que el futuro o ese SUEÑO que anhelan, se construye en cada decisión que tomen HOY. La información es PODER y cuanto más informados estén podrán ir caminando hacia ese SUEÑO.



ALCALDÍA DE
BARRANQUILLA | Soy **BARRANQUILLA**