



## ORIENTACIÓN

Puedes encontrar información sobre las diferentes carreras profesionales, test, financiamiento, becas y mucho más en: [micarrera.trabajo.gob.pe](http://micarrera.trabajo.gob.pe)

**TESTIMONIO.** Conversar con profesionales te ayudará a conocer cómo es el ejercicio de la carrera que quieres estudiar.

# Cómo encontrar tu vocación

Construir tu camino vocacional implica **conocer** a fondo y definir cómo ejercerás tu profesión. Usa test, identifica tus pasiones y visualiza tu día ideal para **alinear tus capacidades y valores.**

**ESCRIBE:** FERNANDO OLIVERA CH.

**E**legir una carrera no es fácil. Seguramente ya pensaste muchas veces cómo conectar lo que te apasiona con las profesiones que tienen mayor demanda en el mercado y con aquellas que, supuestamente, pagan más... y aún no has llegado a una conclusión. ¿Qué hacer? Haz una pausa, despeja tu mente y explora tus motivaciones. Concéntrate en descubrir qué te mueve, más allá de expectativas de otros o de los beneficios económicos.

En opinión de Miguel Flores Galindo, docente de Psicología de la Universidad Antonio Ruiz de Montoya (UARM), no es tan importante fijarse en qué demanda el mercado, porque este cambia continuamente. Más bien, debes preguntarte cómo vas a ejercer

**PROCESO.** Los resultados de los test vocacionales son solo un punto de partida en tu investigación vocacional.

con lo que has decidido estudiar y cómo lograr, a partir de tus deseos y capacidades, hacerte un lugar.

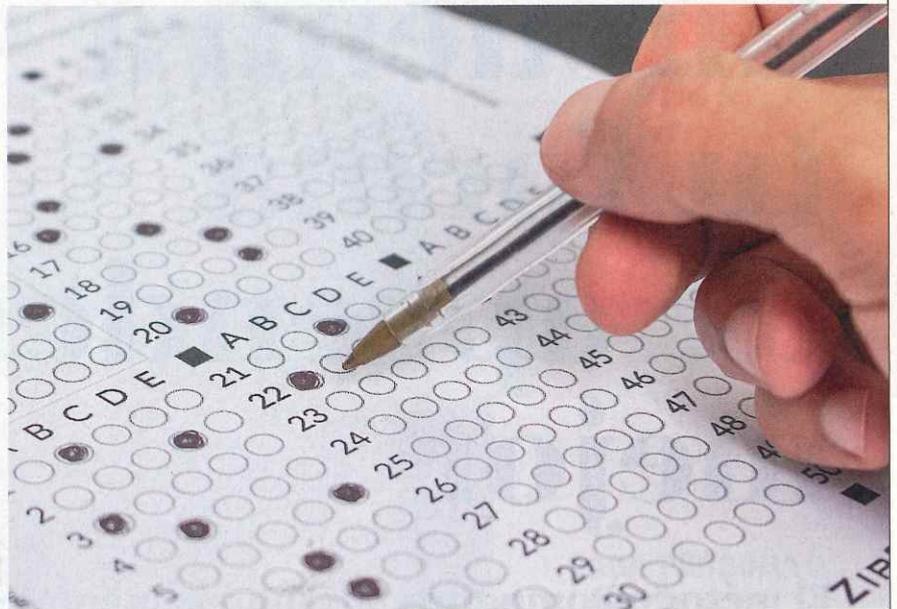
### CONÓCETE

Invierte tiempo en conocerte mejor. No se trata solo de elegir una profesión “rentable”, sino de construir un camino que tenga sentido. Es necesario “preguntarme qué pasa fuera del entorno donde me desenvuelvo, conversar con personas que piensan diferente a mí, participar de actividades en las que se desarrollen proyectos de emprendimiento donde tenga que trabajar en equipo o poner a prueba mi tolerancia a la frustración, ser parte de conversaciones en las que participe personas que ya se encuentran en el mundo laboral. Y, muy importante, tener espacios para mí, para ir entendiendo qué rubros me gustan y cuáles no, tener en cuenta que no encontraré todas las respuestas a la vez”, aconseja Isabel Sánchez Jugo, directora de Admisión de la Universidad del Pacífico.

Llevar a cabo una exploración así requiere tiempo. En ese proceso, cada interacción te revelará pistas sobre lo que realmente te motiva y en qué entornos te sientes mejor: una oficina, una planta industrial, una sala de grabaciones, etc.

Eduardo Bazán Alva, coordinador de Bienestar Psicológico de la Universidad Privada del Norte (UPN), opina que los jóvenes deben “identificar momentos en los que se sintieron útiles, comprometidos o satisfechos con lo que hacían. Este tipo de reflexiones permite conectar con sus intereses reales, habilidades en desarrollo y valores personales”, señala.

Bazán añade que, a partir de ahí, encontrarán en qué profesión encajan sus fortalezas. También es útil que consideren qué tipo de problemas les gustaría ayudar a resolver en el futuro y qué carreras podrían darles herramientas para hacerlo. Así, el proceso se convierte en una construcción vocacional.//



### EXPLÓRATE

**1 Testimonios.** Conversa con egresados o profesionales que tu familia conozca o a quienes puedas consultar en ferias vocacionales. Ellos te contarán cómo es el día a día de distintas profesiones.

**2 Intereses y pasiones.** Identifica las actividades que amas y te absorben sin darte cuenta del tiempo, y haz una lista de tus intereses. Eso te hablará sobre tu vocación desde tu mundo interior.

**3 Fortalezas.** Reflexiona sobre tus habilidades naturales y aquello en lo que destacas sin esfuerzo. Pide *feedback* a tus amigos o familiares acerca de tu potencial.

**4 Motivaciones.** Cuestiona qué importa para ti: ayudar a otros, proteger el medio ambiente, promover la educación, etc. Relaciona esas motivaciones con posibles profesiones y trata de alinear tu vocación con aquello que te genera satisfacción.

**5 Test.** Realiza test de orientación para descubrir posibles caminos profesionales. Usa estos resultados como punto de partida, no como la decisión final.

**6 Visualización.** Imagínate qué tipo de día ideal te gustaría vivir: horarios, ambiente, tipo de tareas, relaciones con otros. Plasmarlo en un “mapa de vida” te orientará sobre qué profesiones pueden ayudarte a conformar esa realidad interna deseada.