

Mi Desarrollo de Carrera.

Una experiencia de toda la vida.

Cada experiencia en nuestra vida se queda en nosotros e influye en la manera que en que construimos nuestra identidad y por ende en las decisiones que tomamos.

Son piezas de un gran rompecabezas. En ocasiones para poder comprender mejor nuestro rompecabezas debemos tomar distancia de él, ver lo que llevamos formado, para saber que piezas buscar.

Nuestra carrera (nuestra vida) implica los roles, actividades, decisiones y relaciones con otras personas que generan experiencias, las cuales, generan un perfil particular y único que puede encontrar su máximo potencial en una profesión u ocupación, donde pueda realizarse.

La máquina del tiempo.

Este ejercicio tiene el objetivo de hacer un breve repaso de su construcción de carrera. Siga las instrucciones y responda con apertura y honestidad.

Vamos al pasado y analicemos algunas circunstancias que han marcado nuestra carrera y que posiblemente no lo habíamos considerado de ese modo:



Etapa de la vida	Situación o evento Identifique 3 situaciones de su vida o eventos particulares en esta etapa que considere significativos (académicos o no)	Aprendizaje ¿Qué aprendizaje le dejó esta situación?	Habilidad Traduzca ese aprendizaje en una habilidad
Infancia			

Etapa de la vida	Situación o evento Identifique 3 situaciones de su vida o eventos particulares en esta etapa que considere significativos (académicos o no)	Aprendizaje ¿Qué aprendizaje le dejó esta situación?	Habilidad Traduzca ese aprendizaje en una habilidad
Adolescencia			

De nuevo al presente:

Hemos visto en nuestro viaje al pasado que existen circunstancias que nos han permitido adquirir experiencias de vida que marcan nuestras decisiones y por ende nuestra elección vocacional.


Lo mismo está sucediendo en el presente. Valoremos estas circunstancias para aprender lo antes posible...



www.shutterstock.com - 781720583

Etapa de la vida	Situación o evento Identifique 3 situaciones de su vida o eventos particulares en esta etapa que considere significativos (académicos o no)	Aprendizaje ¿Qué aprendizaje le está dejando esta situación?	Habilidad Traduzca ese aprendizaje en una habilidad
Vida Universitaria			

Cada experiencia nos ha dejado habilidades en nuestra vida.... Retome las habilidades y enlístelas a continuación.

	Habilidades

Aquí tienes gran parte de tu perfil profesional...

¿Te gustaría agregar más aspectos a este perfil?

Futuro

¿Te parece bien un viaje al futuro?

Completá las siguientes preguntas... Es posible que al tratar de responder necesité la ayuda de una persona profesional en Orientación. Si es así le puedes buscar en el CASE que te corresponde



¿A dónde quiero ir?	¿Qué camino puedo seguir?

Preguntas finales:

1. ¿Te parece que para llegar a donde quieres, tienes que cambiar el camino?
2. ¿Tu actual elección vocacional es satisfactoria y conduce a donde quieres llegar?
3. ¿Tu actual elección vocacional es coherente con tus experiencias y habilidades?
4. ¿Requieres ayuda para hacer cambios en tu vida?

Guía elaborada por: MSc. Osvaldo Murillo Aguilar, orientador, funcionario de la Oficina de Orientación de la Universidad de Costa Rica.