 Colegio Polivalente

Profesor Ildefonso Calderón

Asignatura : Orientación Vocacional .Gastronomía

Docente : Jessica Vergara Vargas

Curso : 3° Medio

**GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL**

**Aprendizaje Esperado:** Reconocer nuestros intereses y preferencias de acuerdo a los factores fundamentales que debemos considerar en el proceso de nuestro futuro.

**Contenido:** Factores que inciden en la toma de decisiones.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nombre: | | |
| Fecha: | Puntaje Ideal: | Puntaje Real: |

Instrucciones:

* Lea atentamente antes de responder
* Contesta con lápiz pasta
* Cuida la letra y ortografía
* Lectura en silencio
* Reflexionar sobre los factores que inciden en la toma de decisiones
* Responda preguntas
* Importante: enviar guía terminada:email: [gastronomiaustralv@gmail.com](mailto:gastronomiaustralv@gmail.com)

**APRENDER A ELEGIR**

Nos acercamos a través de estas actividades para acompañar tu proceso de elección o termino para que, a partir del intercambio que realices con él, comiences a buscar y quizás a encontrar tus propias respuestas. Es sólo una herramienta de ayuda para que puedas aproximarte al logro de los algunos objetivos, como ser:

**\* Reflexionar sobre los factores que inciden en la toma de decisión sobre qué hacer al finalizar la enseñanza media o continuidad de elección de especialidad.**

**\* Promover el autoconocimiento, a partir del re-conocimiento de tu historia personal, tus intereses, valores, aptitudes, temores, expectativas, etc.**

**\* Facilitar el conocimiento de la realidad en la que vas a insertarte, brindándote elementos para que te conectes con la información necesaria.**

**\* Favorecer la integración de tus aspectos personales con lo que la realidad te ofrece.**

No lo pienses como una receta, tómalo como un punto de partida para dialogar e intercambiar ideas con tus padres, familiares, amigos, profesores, y fundamentalmente, contigo mismo.

**Aprender a elegir…**

****

Todos sabemos que elegir no siempre resulta fácil. Depende de lo que tengamos que elegir, cuanto más importante es, más difícil se hace.

Elegir es un arte que se relaciona con el ejercicio de la libertad y mientras se elige, va surgiendo ese extraño aroma de lo auténtico, de lo que nos es propio.

Cuando se trata de una elección importante, como la que tu vas a tomar en este tiempo, se siente un total compromiso; ponemos en juego el “uno mismo”, todo NUESTRO SER, porque en la elección es la propia historia la comprometida, las relaciones y los vínculos que fuimos construyendo, las circunstancias sociales, políticas, económicas que nos tocan vivir y las posibilidades del adentro y del afuera que tenemos.

Elegir supone optar, renunciar a algo, no se puede elegir todo, se dejan cosas, espacios, se cambian modalidades de relación y vínculos.

**Te proponemos un fragmento de Alicia en el País de las Maravillas sobre ‘qué camino elegir’**

“Cuando Alicia en el País de las Maravillas, intentaba decidir qué ruta debería tomar en uno de sus viajes, se encontró con el Gato Cheshire con el que mantuvo el siguiente dialogo:

A. -¿Me dirías, por favor, qué ruta debo tomar?

G. -Eso depende mucho de a dónde quieras llegar.

**Elegir requiere ser uno mismo.**

Requiere pensar…pensar en lo que se opta,

pero también en aquello que se deja.

**Quizás en este momento te encuentres con una cantidad de dudas, pensamientos y preguntas sobre tu futuro, que van apareciendo de manera desordenadas y que no sepas por dónde empezar**.



Recorrer el camino de la elección empieza con preguntas, ideas y propuestas que tienen como meta abrir un espacio de reflexión y ayudarte a pensar, a que puedas hacer una elección (especialidad/carrera) de manera meditada y reflexiva. Saber preguntarse mejor es la llave para ir encontrando algunas de las respuestas que se buscan. Las respuestas que se irán encontrando serán útiles para ciertos momentos, que pueden, en otro momento, seguir cuestionándose.

Para poder definir un proyecto futuro es importante pensar e indagar acerca de vivencias, afectos, intereses, aptitudes, posibilidades, dudas, temores, esperanzas, expectativas.

En este momento hay muchas cosas que causan ansiedad, temor y seguro tienes muchas ganas de aclararlas lo más rápido que se pueda, pero hay que tener paciencia.

Elegir es un proceso, es una búsqueda que, como un viaje lleva tiempo, pero la alegría, el sabor agradable y la satisfacción, como todo viaje, comenzó cuando empezaste a pensar sobre lo que querías hacer , y continuar… cuando converses con los demás, cuando te preguntan, cuando escuchás a los otros, en las charlas con tus amigos/as, con tus papás, con los docentes, cuando estás solo/a.

Me interesa el futuro porque es el sitio donde

voy a pasar el resto de mi vida. Woody Allen (1935 …no se juega la vida en una elección, aunque

para elegir haya que jugarse. Sergio Rascovan

No se puede iniciar una travesía sin conocer el destino y sin contar con los mapas y la orientación para llegar a él por el mejor camino. Marina Müller

Entonces… para seguir orientándonos Hay preguntas que nos hacemos habitualmente y que son debatibles, discutibles.

**¿Qué rol juega la VOCACIÓN en este nuevo camino?**

**¿Hay una sola vocación?**

**¿Todos tenemos vocación, o solo unos pocos?**

**¿La vocación es igual a la profesión?**

**«Decidirse es arriesgarse a tomar un camino. No se sabe dónde se va a llegar exactamente, pero se sabe que se ha partido...»**

**Actividad N°2:**

¿Cuál es tu opinión? qué dichos o sentencias consideran como ciertos y cuáles no?

(Lo puedes conversar con tus padres, amigos, etc)

* **Elabora la argumentación de tus SÍ y tus NO.**

1. La Vocación no se hace, con ella se nace

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. La persona no es totalmente libre para elegir

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Una cosa es hacer lo que uno quiere y otra lo que conviene

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. El miedo a la elección, es el miedo a la equivocación

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Dime que haces y te diré quien eres

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Lista de Cotejo respuestas breves:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Categoría** | **Si cumple (3 pts)** | **No cumple (1 pts)** |
| **En su respuesta el estudiante responde las preguntas de acuerdo a lo que se solicita** |  |  |
| **En su respuesta el estudiante presenta una buena ortografía y redacción coherente al tema.** |  |  |
| **El estudiante registra una respuesta de redacción de 3 líneas** |  |  |