

## Informe de Resultados del

# SISTEMA CIRINO DE PLANIFICACIÓN DE CARRERAS (SCPC)

para: **TERESA XXXXXX XXXXXX**

La selección de carreras es un proceso que debe realizarse con cuidado y al cual debes dedicarle suficiente tiempo para obtener buenos resultados. Está en juego tu futuro. El trabajo ocupa la mayor parte de nuestro tiempo y contribuye a nuestra identidad y satisfacción en la vida, de ahí la importancia de seleccionar bien las ocupaciones.

Tal vez, lo más importante al seleccionar una carrera es **descubrir cuáles son nuestros intereses** y si hay algunas actividades que puedan llegar a apasionarnos. Cuando trabajamos en cosas que nos gustan, nos sentimos internamente motivados a realizar las tareas. Una vez realizadas, nos sentimos satisfechos por lo que hemos logrado.

Debes considerar que todos **tenemos múltiples capacidades**. La mayor capacidad de algunos es para razonar, aprender y estudiar; otros tienen más capacidad o habilidad para realizar trabajos creativos; otros para ayudar a los demás, otros para construir o reparar cosas con sus manos y otros para los deportes. Todas estas capacidades son necesarias e importantes. Por eso buscamos carreras que nos gusten y para las que tengamos las capacidades necesarias. Estas ocupaciones deben permitirnos realizar nuestros valores ocupacionales y, finalmente, deben permitirnos expresar nuestra personalidad.

También debes considerar que **no hay una sola carrera que es ideal para uno**, sino que podemos ser exitosos/as y encontrar satisfacción en varias carreras. Por otro lado, nuestras circunstancias personales cambian: nos casamos, no encontramos el trabajo que queremos, etc.; y las ocupaciones también cambian. Esto significa que, en la medida que sea posible, **debemos planificar para varias posibilidades de trabajo** y no para una sola. Debemos obtener capacidades en varios campos que nos interesen y no limitarnos a uno solamente.

La planificación de carreras es algo que probablemente tendrás que continuar haciendo por muchos años. Ésta conlleva, por lo menos, tres pasos:

1. Conocer mejor tus atributos personales (intereses, habilidades, valores ocupacionales y rasgos de personalidad).
2. Conocer qué programas de estudio, ocupaciones y actividades de tiempo libre se ajustan más a tus intereses y atributos.
3. Explorar más a fondo estas ocupaciones y estudios para conocer el estilo de vida que conllevan estas carreras antes de tomar decisiones.

El propósito del SCPC es ayudarte a realizar estos tres pasos, con la ayuda de un profesional de la consejería cuando sea necesario.

# I. TUS DATOS PERSONALES

**Nombre:** TERESA XXXXXX XXXXXX

**Sexo:** F

**Edad:** 19-20

**Institución Académica:** ABC

**Grado más alto esperado:** Más de Bachillerato

## **Ocupaciones consideradas:**

- 1) Editora
- 2) Periodista

## **Actividades recreativas preferidas:**

- 1) Verbales- leer, escribir, oratoria
- 2) Aire Libre- caminar, ir a la playa, deportes

## **Materias escolares preferidas:**

- 1) 10- Idiomas
- 2) 11- Música, baile

**Ocupación actual:** Estudiante

**Satisfacción con ocupación actual:** No aplica

## **Razones para tomar el SCPC:**

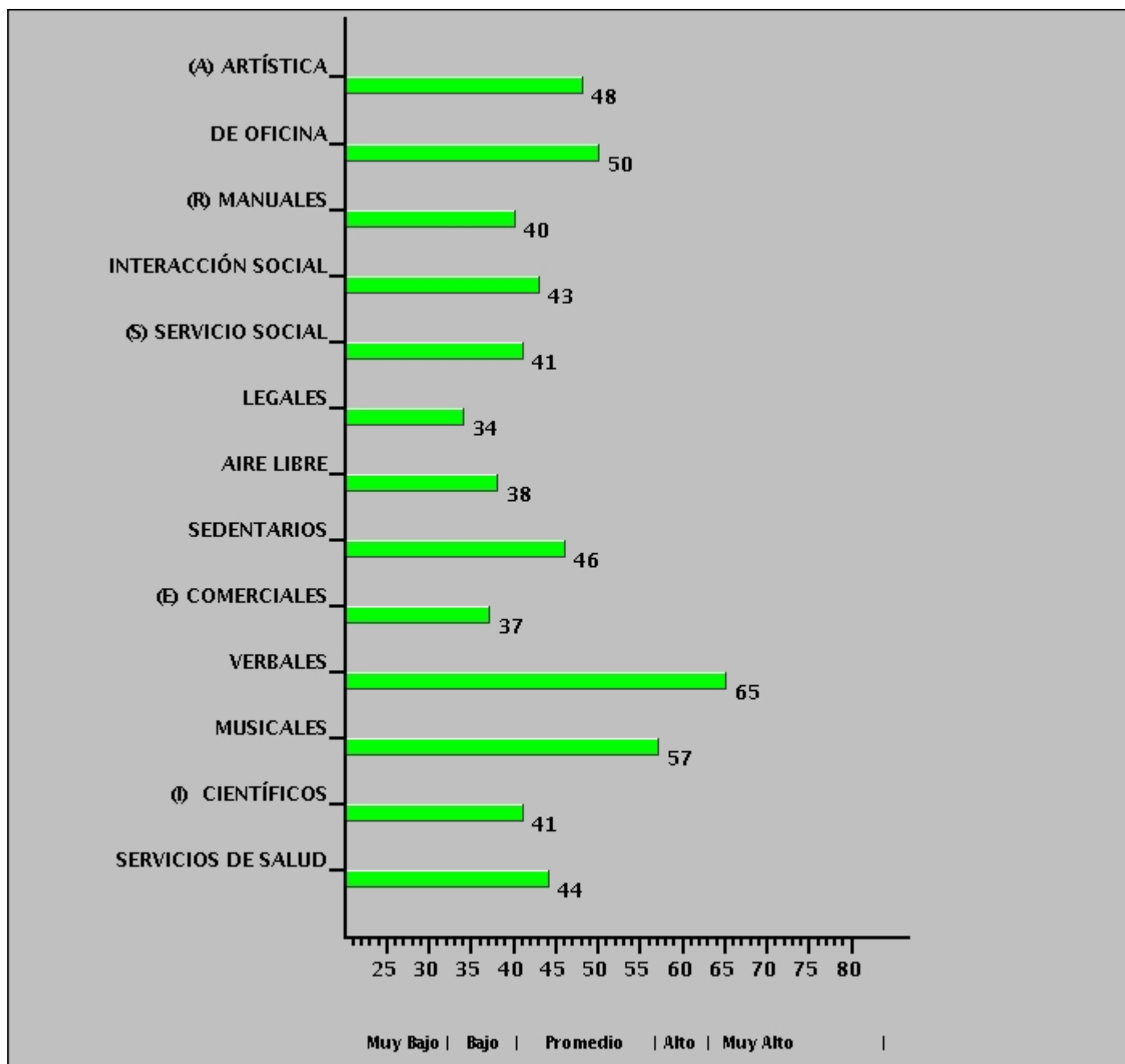
- 1) Estoy un poco confundida en lo que quiero estudiar
- 2) La consejera me recomendó tomarlo

**Fecha de Administración:** 04/22/2010 08:40 AM

**Fecha del Informe:** 04/24/2010 11:29 AM

## II. PERFIL DE INTERESES

Los intereses son los tipos de actividad que disfrutamos realizar. Cuando tenemos interés en un tipo de actividad nos sentimos motivados a realizarla. Por ejemplo, hay algunas personas que les fascina leer, escribir y hablar (intereses verbales), mientras que hay otras que les fascina trabajar haciendo cosas tangibles (intereses manuales). En la próxima gráfica se presenta tu perfil de intereses según medidos por el Inventario Cirino de Intereses. Las diferencias de más de 4 puntos son significativas como por ejemplo: Artística 50, Verbal 55. Es importante que leas las explicaciones que se presentan más adelante para las escalas más altas. También, es importante que compares estos resultados con las carreras que estás considerando para ver si se confirman o por el contrario hay diferencias.



**Escala de Verificación: 12 (Válida)**

Una puntuación válida en la Escala de Verificación significa que prestaste atención y entendiste las instrucciones. También que contestaste con cuidado el inventario. Una puntuación no válida significa que contestaste de forma inconsistente.

## Código Holland

Mucha de la información sobre las ocupaciones y oportunidades de estudio se encuentran clasificadas con el Modelo de Holland. Por ejemplo, O\* Net (Occupational Information Network) que provee toda clase de información a través del Internet, adoptó este modelo para clasificar dicha información. El modelo, por su simplicidad, no describe adecuadamente el mundo de los intereses vocacionales, por lo que se requieren más de seis escalas. Sin embargo, muchos inventarios de intereses incluyen escalas tipo Holland para, entre otras cosas, facilitar la búsqueda de información ocupacional. Generalmente, el **Código Holland** son las letras de las tres escalas con puntuaciones más altas. Los nombres de estas escalas y sus definiciones son las siguientes:

**Realista** - Las personas con puntuaciones altas en esta escala tienen intereses manuales o de aire libre. Les interesan las actividades que conllevan la construcción, reparación o modificación de estructuras o cosas. Ejemplos de ocupaciones realistas son: ingeniero, mecánico, electricista, carpintero y piloto.

**Investigativa** - Las personas con puntuaciones altas en esta escala tienen interés en realizar investigaciones de varios tipos, prefieren las ciencias y las matemáticas. Disfrutan buscar información, realizar hallazgos e interpretar datos. Ejemplos de ocupaciones investigativas son: psicólogo/a, farmacéutico/a y geólogo/a.

**Artística** - Las personas con puntuaciones altas en esta escala tienen interés en las distintas expresiones de las artes, tanto como participantes o espectadores. Disfrutan actividades en que se puedan expresar, crear nuevas formas y compartir sus creaciones. Ejemplos de ocupaciones artísticas son: maestro/a de arte, diseñador/a gráfico y arquitecto/a.

**Social** - Las personas con puntuaciones altas en esta escala tienen interés en actividades relacionadas con personas, tanto para ayudarlas como para persuadirlas o dirigir las. Ejemplos de ocupaciones sociales son: maestro/a de escuela elemental, trabajador/a social, consejero/a y administrador de parques de recreo.

**Empresarial** - Las personas con puntuaciones altas en esta escala tienen interés en actividades de venta de artículos y servicios y de dirección de grupos. Ejemplos de ocupaciones empresariales son: vendedor/a de seguros de vida, gerente de ventas y asistente de vuelo.

**Convencional** - Las personas con puntuaciones altas en esta escala prefieren las actividades estructuradas, que requieran organización y atención a los detalles. Ejemplos de ocupaciones convencionales son: contador/a, cajero/a, oficinista/a y gerente de crédito.

Para ayudar a conocer el **Código Holland** que te aplica, hemos identificado las escalas representativas con una letra mayúscula frente al nombre de la escala del ICI. Por ejemplo, la escala de R- Manuales representa la escala Realista. La escala A-Artísticos representa la escala Artística. Supongamos que una persona obtiene los siguientes resultados: Social 72, Artístico 68 y Empresarial 75. Su **Código Holland** es ESA.

## Tu Perfil de Intereses

Tu perfil de intereses en el Inventario Cirino de Intereses (ICI) aparece en la gráfica anterior. En los siguientes recuadros se explican los resultados de las tres escalas en que obtuviste las puntuaciones más altas. Lee la interpretación y recomendaciones que se te ofrecen en cada escala y considéralas al hacer tus planes ocupacionales.

**DE OFICINA:** TERESA, tu puntuación en la escala de intereses de oficina fue promedio al compararla con la obtenida por personas de tu mismo sexo. La misma parece indicar que **no te apasionan las actividades** de oficina, **pero tampoco te disgustan**. Debes concentrar tu atención en otras escalas en las que obtengas una puntuación muy alta o alta, a menos que esta puntuación promedio sea una de las tres puntuaciones más altas que obtuviste. En este caso se te sugiere que, de tener las habilidades requeridas, consideres una carrera y estudios en este campo.

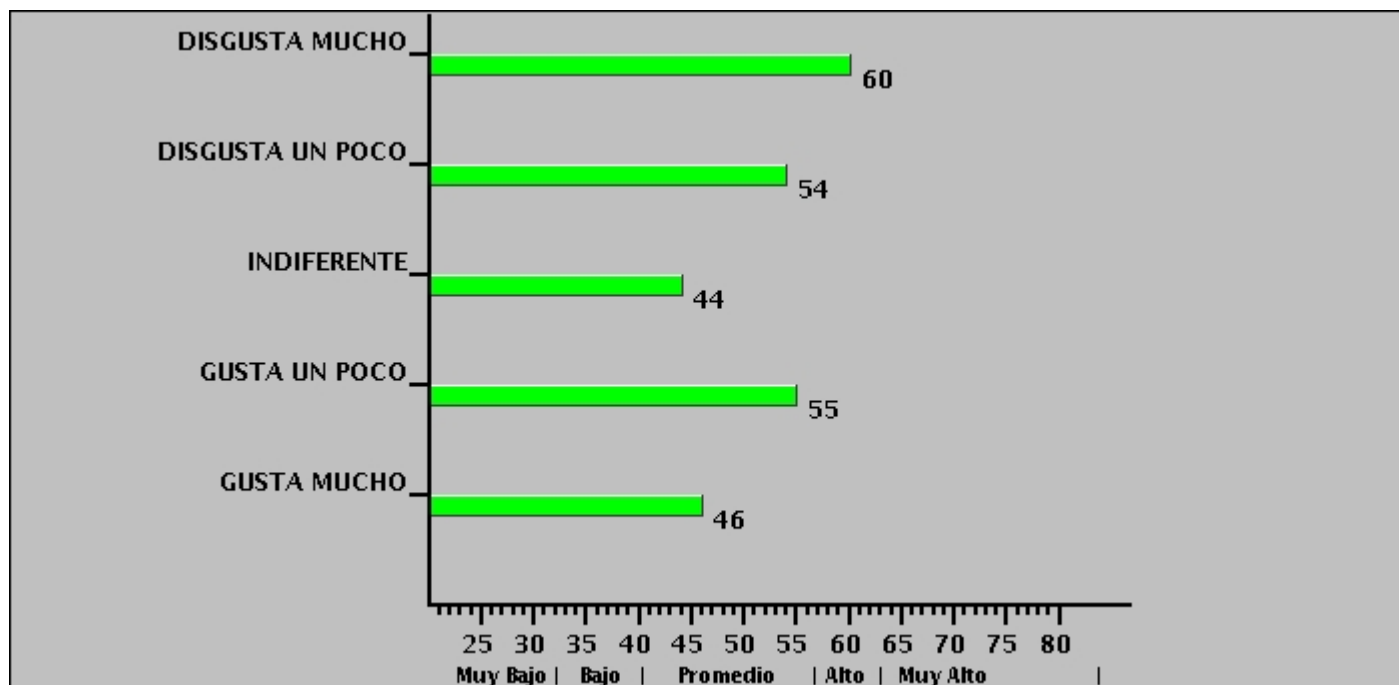
**MUSICALES:** TERESA, tu puntuación en la escala de intereses musicales fue alta al compararla con la obtenida por personas de tu mismo sexo. La misma parece indicar que **te gustan** las actividades relacionadas con la música, tales como escuchar distintos tipos de música, tocar algún instrumento musical, o componer canciones y piezas musicales. De tener las habilidades requeridas en algunas de estas áreas, te recomendamos que consideres una carrera y estudios en este campo. De no tener ninguna de las habilidades requeridas en este campo o de convenirte otra área de trabajo, te recomendamos que selecciones estudios o una carrera que incluya los intereses musicales como una segunda área de interés. También, puedes dedicar parte de tu tiempo libre a realizar actividades relacionadas con esta área de interés (revisa las actividades sugeridas en este informe).

**VERBALES:** TERESA, tu puntuación en la escala de intereses verbales fue alta al compararla con la obtenida por personas de tu mismo sexo. La misma parece indicar que **te gustan** las actividades que conlleven leer, escribir, y expresarse oralmente, y las que incluyen aspectos literarios y culturales. De tener las habilidades requeridas en algunas de estas áreas, te recomendamos que consideres una carrera y estudios en este campo. De no tener ninguna de las habilidades requeridas en este campo o de convenirte otra área de trabajo, te recomendamos que selecciones estudios o una carrera que incluya los intereses verbales como una segunda área de interés. También, puedes dedicar parte de tu tiempo libre a realizar actividades relacionadas con esta área de interés (revisa las actividades sugeridas en este informe).

Puede que te sorprendan algunos resultados. Cuando los intereses que uno cree tener no coinciden con los medidos en un inventario de intereses, usualmente, se debe a las siguientes razones:

1. Diferencias en definiciones - Por ejemplo, algunas personas consideran que las manualidades (macramé, bordar, trabajar en barro) son intereses manuales porque se utilizan las manos. Sin embargo, en los inventarios de intereses estas actividades se clasifican como artísticas. Las actividades manuales en los inventarios de intereses conllevan, además del uso de las manos, el uso de herramientas y maquinaria.
2. El uso de normas en las escalas - En los inventarios de intereses las puntuaciones de una persona se comparan con las de un grupo de referencia o normativo. Puede suceder que a una persona le gusta mucho la música, pero su puntuación es promedio porque a los demás les guste la música mucho más que a ella. Es probable que si esta persona ingresa a una carrera que requiere mucho interés en la música, como por ejemplo disk jockey, no le agrade estar escuchando música ocho horas todos los días.

### III. ESCALAS ESPECIALES



Las escalas especiales que se presentan en la gráfica ayudan a evaluar si tiendes a responder de una manera determinada a la mayoría de las actividades. Lo deseable es que tus puntuaciones en las escalas especiales estén entre 40 y 60. Puntuaciones mayores de 60 pudieran indicar una tendencia de respuestas. Hay tres tipos de tendencias:

1. Responder *gusta mucho* o *gusta un poco* - Este patrón de respuestas resulta en muchos intereses con puntuaciones altas.
2. Responder *indiferente* - Esto resulta en que hay pocos intereses con puntuaciones altas o bajas.
3. Responder *disgusta un poco* o *disgusta mucho* - Esto resulta en muchos intereses con puntuaciones bajas.

Las tres tendencias dificultan, a veces, la interpretación de resultados. Debes examinar la gráfica para ver si presentaste alguna de estas tendencias y si la misma afecta la interpretación de las escalas de intereses (ver el Perfil de Intereses), ya que por lo menos debe haber dos o tres escalas de intereses más altas que las demás. Si hay muy poca diferencia entre las escalas, es recomendable que tomes nuevamente el SCPC y distribuyas mejor tus respuestas.

## IV. HABILIDADES

En esta sección aparecen las evaluaciones que hiciste de tus habilidades. Éstas incluyen aptitudes mentales o razonamientos y destrezas manuales.

HABILIDADES	AUTOEVALUACION
<b>Habilidad General-</b> Se refiere a la habilidad para aprender, para organizar, para razonar y resolver problemas. Generalmente las personas que tienen buenas notas en la escuela también tienen un alto grado de esta habilidad. Se conoce también como capacidad mental.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Razonamiento Verbal-</b> Incluye el vocabulario que posee una persona, su habilidad para leer y comprender material escrito y su habilidad para ver relaciones entre palabras.	<b>Muy sobre el promedio</b>
<b>Razonamiento Numérico-</b> La habilidad para hacer cálculos con rapidez, para pensar en términos matemáticos y para aprender matemáticas.	<b>Promedio</b>
<b>Razonamiento Espacial-</b> La habilidad para visualizar objetos mentalmente, como cuando se ve el plano de una casa, o se ve qué figura sólida se formaría de una figura plana.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Razonamiento Abstracto-</b> La habilidad para razonar con símbolos y figuras, y para ver relaciones entre símbolos que no son verbales ni numéricos.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Rapidez de Percepción-</b> La habilidad para distinguir detalles similares y diferencias entre cifras, nombres y figuras con mucha rapidez.	<b>Muy sobre el promedio</b>
<b>Destreza Manual Burda-</b> Habilidad para ensamblar y manipular con rapidez objetos utilizando uno o ambos brazos en forma coordinada.	<b>Promedio</b>
<b>Destreza Manual Fina-</b> Habilidad para ensamblar y manipular con rapidez objetos pequeños que deben tomarse con los dedos, y el manejo de estos objetos con pinzas y otras herramientas similares.	<b>Promedio</b>
<b>Habilidad Auditiva-</b> Habilidad para escuchar con atención y entender instrucciones e información oral.	<b>Sobre el promedio</b>

Las habilidades son las capacidades que tienes o puedes desarrollar para aprender un tipo de trabajo. Al seleccionar una carrera es importante considerar el nivel general de habilidad y las habilidades específicas que requiere. Por ejemplo, se necesita tener habilidad general promedio o sobre el promedio para completar una carrera que requiere estudios universitarios. Por otro lado, estudios de ingeniería y contabilidad requieren tener habilidad para las matemáticas. Se necesita habilidad espacial para la ingeniería, odontología y las artes plásticas. Las evaluaciones que hiciste en esta parte te ayudan a evaluar si tienes la habilidad necesaria para estudiar las carreras que te gusten. Conviene sin embargo, que además examines los resultados de las pruebas de habilidad general que hayas tomado o tomar una prueba como el Sistema de Evaluación de Aptitudes (SEA).

Las habilidades y destrezas que aparecen en el recuadro son importantes en el desempeño de la mayoría de las ocupaciones. Tal vez cuando realizaste las evaluaciones desconocías la existencia de algunas de ellas. Este es el momento de aprender cuáles son y cómo se distinguen unas de otras. También de examinar las evaluaciones que hiciste y tener un cuadro más claro sobre las habilidades en que sobresales. Las que evaluaste *sobre el promedio* y *muy sobre el promedio*; representan fortalezas y debes considerarlas en relación a las ocupaciones y programas de estudio que te interesen. También debes hacer planes para continuar desarrollándolas.

## V. RASGOS DE PERSONALIDAD

Los rasgos de personalidad son las formas de conducirnos habitualmente, nuestra forma de ser. A continuación se presentan las evaluaciones que hiciste en estos rasgos.

RASGOS DE PERSONALIDAD	AUTOEVALUACION
<b>Extraversión-</b> A las personas altas en extraversión les gusta ser el centro de atención en todas las reuniones, incluyendo las fiestas. Por lo general, son personas que les gusta hablar mucho y en voz alta, conocer personas y hacer amistades. También, discutir temas de actualidad.	<b>Promedio</b>
<b>Franqueza-</b> Las personas altas en franqueza son flexibles y abiertas a nuevas ideas. Les gusta fantasear, probar cosas nuevas y están dispuestos a reexaminar sus posiciones sobre asuntos políticos y sobre asuntos sociales.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Afabilidad-</b> Las personas altas en afabilidad tienden a ser confiadas, francas, sinceras, humildes y modestas. Tienden también a preocuparse por los sentimientos de otros.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Rectitud-</b> Las personas altas en rectitud tienden a sentirse capaces para enfrentar los retos de la vida, son organizadas, cumplidoras y disciplinadas. También, son trabajadoras y se establecen metas altas.	<b>Muy sobre el promedio</b>
<b>Impulsividad-</b> Las personas altas en impulsividad tienden a ser ansiosas, hostiles y con frecuencia se deprimen y se sienten vulnerables. También tienden a ser retraídas y autoconscientes.	<b>Muy bajo el promedio</b>

Los Cinco Grandes Rasgos que te presentamos para que te evaluaras, son rasgos amplios que incluyen a todos los demás rasgos. Probablemente desconocías la existencia de estos rasgos. Ahora tienes la oportunidad de aprender sus definiciones y ver cómo se diferencian unos de otros. También tienes la oportunidad de ver en cuáles te evaluaste *sobre el promedio* y *muy sobre el promedio* para entender mejor cómo tú te visualizas al compararte con los demás. Los rasgos en que te evaluaste *bajo el promedio* y *muy bajo el promedio* son también importantes.

Los rasgos de personalidad son importantes en el éxito que podamos tener en las ocupaciones y en el trabajo en general. Por ejemplo, una persona alta en extraversión por lo general disfruta de conocer gente nueva, conversar, demostrar entusiasmo y liderato, entre otras conductas. Este tipo de persona suele tener éxito en trabajo de ventas, relaciones públicas y otros similares. Esta misma persona podría tener dificultad en puestos que requieren concentración, trabajo metódico y atención a los detalles. Ahora puedes tener un cuadro más completo de cómo te visualizas, porque puedes relacionar tus habilidades y destrezas con tu personalidad.

## VI. VALORES OCUPACIONALES

Los valores ocupacionales son estándares de conducta que nos imponemos y que le dan sentido y dirección a nuestra vida. Los valores ocupacionales son los que se requieren en unas ocupaciones, pero no en otras. Las carreras que consideremos deben permitirnos cumplir con esos estándares. Por ejemplo, una persona para quien el valor social, el ayudar al prójimo es muy importante, se sentiría fuera de lugar en carreras que no le permitan hacerlo, como tal vez contador/a. En ocasiones no es tanto la carrera lo que importa sino el lugar donde trabaja. La persona del ejemplo anterior pudiera sentirse a gusto como contador/a si trabaja para una organización sin fines de lucro. A continuación tus evaluaciones sobre valores ocupacionales.

VALORES OCUPACIONALES	AUTOEVALUACION
<b>Logro-</b> La preferencia por trabajos que le permitan a la persona realizar tareas que ésta considera importantes. Por lo general, estas tareas conllevan un beneficio para la humanidad o para un sector de la población. Son tareas exigentes en términos de habilidades físicas o mentales y que requieren esfuerzo, perseverancia y tesón ante los fracasos iniciales. En ocasiones incluye alcanzar metas u objetivos que pocas personas logran. Contiene un fuerte elemento de individualismo y autodeterminación.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Económico-</b> La preferencia por trabajos que permitan a la persona ganar mucho dinero y beneficios materiales. Se evalúa el posible trabajo en términos de que permita mayores ingresos y posición social que otros trabajos que requieren la misma preparación. Por lo general, la persona desea acumular mucho dinero y bienes en un número relativamente corto de años.	<b>Promedio</b>
<b>Reconocimiento-</b> La preferencia por trabajos que permitan al individuo sobresalir sobre los demás en términos de que el público en general o un sector profesional le conozca por sus buenas ejecutorias. La preferencia es por actividades donde haya exposición pública directa (artista de novelas, presentador de televisión) o indirecta (escritor, periodista, científico) a través de publicaciones con el nombre de la persona. También, trabajo donde periódicamente se otorgan premios y medallas.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Social-</b> La preferencia por trabajos en el que se obtengan logros sociales tales como resolver problemas comunitarios a través del esfuerzo conjunto. Se prefieren actividades donde se contribuya con ideas o esfuerzo, aunque esto conlleve sacrificio personal. Muchas de las actividades preferidas son de ayuda directa a otras personas.	<b>Bajo el promedio</b>
<b>Variedad-</b> La preferencia por trabajos que sean lo suficientemente variados en términos de actividades, personas y lugares; como para requerir un constante aprendizaje. Se prefieren tareas que permitan utilizar habilidades y destrezas distintas cada vez.	<b>Sobre el promedio</b>
<b>Seguridad-</b> La preferencia por trabajos que provean estabilidad y continuidad; que protejan de cambios abruptos e inesperados. Por lo general, se prefieren trabajos que provean también suficientes ingresos para, luego de la jubilación, cubrir las necesidades básicas del individuo.	<b>Promedio</b>

Los valores ocupacionales que te presentamos son importantes al considerar cualquier ocupación. Te sugerimos que examines los valores cuya importancia para ti es *sobre el promedio* y *muy sobre el promedio*. Particularmente, los valores *muy sobre el promedio* son valores ocupacionales que deben poderse lograr en las ocupaciones que consideres. Te sugerimos que estudies las definiciones de estos valores ocupacionales y la evaluación que hiciste de cuán importante son para ti. Cuando tengas dudas de la evaluación que hiciste, discútela con tus padres y amigos, para que puedas tener claro cuáles son tus valores ocupacionales. Trata de relacionar o integrar las evaluaciones de valores, habilidades y destrezas, y personalidad. Esto te ayudará a ir clarificando la visión que tienes de ti mismo.

## VII. TUS INTERESES Y EL MUNDO OCUPACIONAL Y EDUCATIVO

En esta parte, comparamos tu perfil de intereses con el perfil típico de todas las ocupaciones. El grado en que tu perfil de intereses es similar al de las ocupaciones se presenta como un índice de congruencia. Entre más pequeño es el índice, más parecidos son tus intereses con los de la ocupación. Este informe presenta las 15 ocupaciones más similares a tus intereses.

El índice de congruencia lo aplicamos también a los programas de estudio. En este caso utilizamos las tres escalas más altas para facilitar el análisis.

### OCUPACIONES MÁS CONGRUENTES

Profesor de Arte, Drama y Música - Postsecundario (3.28)	Profesor de Ciencias Biológicas, Médicas y Agrícolas Universidad (4.60)
Profesor de Inglés e Idioma Extranjero- Postsecundario (4.69)	Director de Programas Educativos (4.87)
Psicólogo Clínico (5.01)	Antropólogo (5.01)
Psicólogo del Desarrollo (5.05)	Profesor de Ingeniería- Postsecundario (5.04)
Gerente de Servicios Médicos y de Salud (5.10)	Psicólogo Educativo (5.23)
Optómetra (5.26)	Científico de la Atmosfera y del Espacio (5.32)
Director de Recolección de Fondos (5.31)	Geógrafo (5.35)
Gerente de Ciencias Naturales (5.37)	

### PROGRAMAS UNIVERSITARIOS MÁS CONGRUENTES

Humanidades - Bellas Artes (3.17)	Humanidades - Estudios Hispánicos (3.17)
Humanidades - Literatura (3.17)	Humanidades - Francés (3.34)
Humanidades - Inglés (3.57)	Humanidades - Lengua y Locución (Inglés) (3.67)
Educación - Enseñanza del Inglés (3.67)	Periodismo (3.67)
Humanidades - Filosofía (3.74)	Humanidades - Historia (3.74)
Ingeniería de Computadoras (3.82)	Humanidades - Música (3.84)
Educación Secundaria - Español (3.90)	Educación Secundaria - Estudios Sociales (3.90)
Educación Secundaria - Música (3.94)	

## PROGRAMAS TÉCNICOS Y VOCACIONALES MÁS CONGRUENTES

Asistente de Oficina (3.66)	Ciencias Sociales en Administración Pública (3.67)
Secretarial Ejecutivo (3.76)	Secretarial Administrativo con Procesamiento de Información (3.76)
Programación (3.82)	Tecnología Automotriz (3.98)
Cuidado Respiratorio (4.01)	Enfermería Grado Asociado (4.01)
Asistente de Terapia Física (4.01)	Tecnología en Ingeniería Industrial (4.04)
Instrumentación (4.14)	Tecnología de Ingeniería de Potencia Eléctrica (4.14)
Tecnología Electrónica de Instrumentación (4.14)	Tecnología Electrónica (4.14)
Tecnología de Ingeniería Eléctrica (4.14)	

## CURSOS MÁS CONGRUENTES

Literatura Infantil (3.02)	Taller de Cuento (3.02)
Taller de Redacción Literaria (3.02)	Apreciación del Arte (3.17)
Guitarra (3.17)	Solfeo (3.17)
Violín (3.17)	Actuación (3.17)
Diseño y Decoración de Interiores (3.20)	Arte de Hablar en Público (3.22)
Diseño de Publicaciones (3.43)	Locución (3.57)
Inglés (3.57)	Francés (3.57)
Cocina Criolla (3.72)	

## ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE MÁS CONGRUENTES

Aprender un Idioma (2.46)	Escribir Biografías (2.46)
Escribir Cuentos o Novelas (2.46)	Escribir Poesías (2.46)
Leer Novelas de Misterio (2.46)	Dirigir un Coro (2.83)
Tomar Clases de Baile (2.83)	Ir a Discotecas (2.83)
Aprender a Tocar un Instrumento Musical (2.83)	Participar en Bailes Folclóricos (2.83)
Dar Conferencias (3.22)	Cocinar Platos Nuevos (3.28)
Ir al Cine (3.28)	Jugar Damas (3.28)
Jugar Juegos de Video (3.28)	

Como mencionamos anteriormente, el propósito del SCPC es ayudarte a obtener información útil para que puedas tomar mejores decisiones ocupacionales y educativas. Para completar esta información debes obtener información adicional sobre aquellas ocupaciones o programas de estudio que son más congruentes con tus atributos personales, particularmente tus intereses. También debes incluir, en la medida que sea posible, experiencias en las que observes a uno o más personas ejercer las profesiones que te interesan. Para realizar esta exploración ocupacional conviene que prepares un plan escrito. Este informe incluye un formulario con actividades de exploración sugeridas. Te recomendamos que lo llenes y lo realices en los próximos meses.

## VIII. RESUMEN DE MIS DATOS



Antes de continuar es conveniente que hagas un resumen de tus datos para que sea fácil relacionarlos con las profesiones, ocupaciones y programa de estudios sugeridos. Llena los siguientes espacios a base de los datos de tu **INFORME DE RESULTADOS**.

► Mi propósito principal para tomar el SCPC es: \_\_\_\_\_

### INTERESES INVENTARIADOS (ver Parte II: Tu Perfil de Intereses)

► Mis intereses principales son:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

► Mis interés más bajo (lo que no me gusta o me disgusta) es: \_\_\_\_\_

### INTERESES EXPRESADOS (ver Parte I: Datos Personales)

► Las ocupaciones que he considerado son:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

► Mis actividades de tiempo libre preferidas son:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

► Las materias que más me gustan son:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

## HABILIDADES (ver Parte III)

► Mis habilidades principales (las más altas) son:

¿Cómo te evaluaste?

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## RASGOS DE PERSONALIDAD (ver Parte IV)

► Mis rasgos de personalidad son:

¿Cómo te evaluaste?

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## VALORES OCUPACIONALES (ver Parte V)

► Mis valores ocupacionales más importantes son:

¿Cómo te evaluaste?

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Con este resumen es más fácil ver qué ocupaciones requieren las características personales que tú tienes. Para carreras que requieren un grado asociado o universidad, generalmente, se necesita tener un nivel de Habilidad General sobre el promedio o muy sobre el promedio. Si tienes dudas que tu autoevaluación es correcta, conviene que tomes una prueba de habilidad como, por ejemplo, el Sistema de Evaluación de Aptitudes (SEA).

Considera que tienes los rasgos de personalidad y valores ocupacionales para una ocupación, si te evaluaste *sobre el promedio* o *muy sobre el promedio* en estas características. Si todas tus evaluaciones en estas características son *promedio* o *menos*, considera la más alta en cada caso. Si tienes dudas que tu autoevaluación es correcta, conviene que tomes una prueba de personalidad como MAPA o un inventario de valores como IVO u otras similares.

Las ocupaciones que uno considera, las materias que más me gustan y las actividades de tiempo libre preferidas se consideran maneras de uno expresar sus intereses. Convendría que compares esos INTERESES EXPRESADOS con tus INTERESES INVENTARIADOS. ¿Son parecidos o hay muchas diferencias? Si hay muchas diferencias tal vez es conveniente que consultes un profesional de la consejería.

## IX. IDENTIFICACIÓN DE OCUPACIONES

Para identificar las ocupaciones que requieren tus características personales te recomendamos lo siguiente:

1. Examina la tabla de OCUPACIONES MÁS CONGRUENTES. Selecciona las que más te interesan y escríbelas en la tabla que aparece a continuación:

OCUPACIONES QUE MÁS ME INTERESAN	HABILIDAD	PERSONALIDAD	VALORES

2. Revisa en el RESUMEN DE MIS DATOS tus habilidades principales. Coloca una o más X en la columna de Habilidad, al lado de las ocupaciones que requieren una o más de esas habilidades. Esto es, si tienes dos habilidades, marca XX; si tienes tres habilidades, marca XXX.
3. Revisa en el RESUMEN DE MIS DATOS tus rasgos de personalidad principales. En la columna Personalidad, coloca una o más X al lado de las ocupaciones que requieren uno o más de esos rasgos de personalidad.
4. Revisa en el RESUMEN DE MIS DATOS tus valores ocupacionales más importantes. Coloca una o más X al lado de las ocupaciones que requieren uno o más de esos valores.
5. Las ocupaciones que tienen un mayor número de X son las más congruentes con tus características personales.

Con esta información es más fácil para ti preparar un PLAN DE ACCIÓN.

## X. PLAN DE ACCIÓN

El SCPC te puede ayudar a tomar decisiones relacionadas con tu carrera. Si la razón principal para tomarlo fue la falta de motivación, que nada te agrada o que tienes mucha ansiedad, conviene que consultes a un profesional de la consejería o de la psicología.

Para tomar decisiones relacionadas con las carreras, es importante obtener la mayor cantidad de información posible. Las ocupaciones representan estilos de vida que no siempre se comprenden leyendo, sino que requieren entrevistas y observaciones del trabajo, entre otras cosas. Para facilitar esta búsqueda, se recomienda la preparación de un plan escrito con el que te comprometas contigo mismo/a a realizar varias de las actividades recomendadas.

Conviene que completes el formulario MI PLAN DE ACCIÓN que se presenta adelante. Este plan puede incluir ocupaciones, programas académicos y actividades recreativas que quieras conocer mejor. Estas son las instrucciones para completarlo:

1. Selecciona de la tabla anterior en la sección de IDENTIFICACIÓN DE OCUPACIONES, una o más ocupaciones entre las que tienen varias X. Escribe el nombre de esa(s) ocupación(es) en el espacio que hay entre las letras A, B o C en MI PLAN DE ACCIÓN.
2. Selecciona, entre las 10 actividades que aparecen en la columna de la izquierda, una que quieres realizar primero. En el espacio correspondiente debajo de la ocupación, escribe una fecha aproximada (puede ser el mes) en que esperas haber realizado esa actividad. Observa el siguiente ejemplo:

<b>Actividades</b>	<b>A. Maestro Elemental</b>	<b>B.</b>	<b>C.</b>
Buscar información en el Internet.	Agosto 2010		

3. Firma el plan para comprometerte contigo mismo/a a seguirlo.
4. Pídele a tu profesional de consejería o a uno de tus padres que lo firme también para que te dé seguimiento.
5. Una vez completes la primera actividad de exploración de carrera, escribe un OK para indicar que cumpliste. Selecciona otra para realizar y escribe la fecha aproximada para completarla.

Con un plan de acción es más fácil tomar decisiones de carrera. ¡ADELANTE!

## MI PLAN DE ACCIÓN

Actividades	Ocupaciones, Programas de Estudio y Actividades de Tiempo Libre		
	A.	B.	C.
<p>Buscar información en el Internet.</p> <p>Visitar una biblioteca especializada.</p> <p>Conversar con mi consejero.</p> <p>Entrevistar una persona que practica la ocupación.</p> <p>Observar personas en esa actividad.</p> <p>Conversar con mis padres o tutores.</p> <p>Conversar con un maestro que enseñe la actividad.</p> <p>Conversar con mis amigos sobre este plan.</p> <p>Visitar organizaciones profesionales o recreativas.</p> <p>Tener experiencias prácticas en la ocupación o actividad.*</p>			

\* Las experiencias prácticas son indispensables. Por lo general, si no exiges paga, la mayoría de las personas están dispuestas a ofrecerte la oportunidad de tener una experiencia corta de un día o dos.

\_\_\_\_\_  
Tu Firma

\_\_\_\_\_  
Firma del/la Consejero/a