

GUÍA PARA LA ALFABETIZACIÓN DIGITAL EN JÓVENES **ENCUENTRA TU VOCACIÓN**

GUÍA PARA LA ALFABETIZACIÓN DIGITAL EN JÓVENES ENCUENTRA TU VOCACIÓN

QUE ES LA VOCACIÓN

5 CONSEJOS PARA ENCONTRAR TU VOCACIÓN PROFESIONAL

- 1. Determina lo que disfrutas profesionalmente**
- 2. Considera tus intereses, habilidades y valores**
- 3. Crea una red relacionada con tus intereses**
- 4. Haz una lista de tus opciones**
- 5. Prueba con un test de orientación vocacional**

QUE ES LA VOCACIÓN

Ocupación y vocación pueden significar literalmente lo mismo. Son palabras que simplemente pueden describir el trabajo al que dedicas tu vida laboral. Pero el lenguaje es poderoso y palabras con una definición similar pueden evocar cosas muy diferentes.

En este sentido, **el término vocación va mucho más allá de simplemente describir una profesión, refiriéndose de un modo más preciso a un marcado sentimiento de idoneidad para una profesión en particular.**

En lugar de describir un trabajo como solo una forma de ocupación, la vocación está destinada a describir algo dentro de ti con raíces más profundas y una pasión más intensa.

La diferencia entre estos dos conceptos puede ser difícil de establecer porque a menudo se superponen entre sí en la fuerza laboral. Lo realmente interesante es que vocación y carrera profesional vayan de la mano en la misma dirección de crecimiento.

Es fácil perderse en ese proceso y paralizarse por la frustración, pero veamos a continuación algunas sugerencias para que encontrar tu vocación profesional no se convierta en un infierno.



5 CONSEJOS PARA ENCONTRAR TU VOCACIÓN PROFESIONAL

1. Determina lo que disfrutas profesionalmente

Si **no estás seguro** de lo que quieres hacer profesionalmente, lo mejor es preguntarte **qué es aquello que te gusta y qué lo que más detestas**.

Ésta es una pregunta difícil para la mayoría de la gente. No hay una respuesta clara, pero eso no significa que sea imposible de averiguar. La mejor manera de determinar lo que disfrutas profesionalmente es preguntarte **qué tipo de trabajo te haría feliz y realizado**.

Si nunca te enfrentaste a una tarea profesional, es de mucha utilidad tratar de visualizarte en el puesto de trabajo que a priori te interesa y prestar atención a tus sensaciones. También lo es hacer una prospección sobre cursos y carreras que se alineen con tus preferencias y analizar sus salidas profesionales.

Si aun quieres afinar más, no hay nada de malo en **ponerse en contacto con profesionales** de diferentes campos y **preguntarles sobre su trabajo** y cuánto lo disfrutaban. Estarán encantados de contarte su experiencia.

2. Considera tus intereses, habilidades y valores

Es muy necesario identificar las cualidades en las que deberías centrarte para desarrollar una vida satisfactoria. Al comprender y saber lo que es bueno para ti, puedes desarrollar estas habilidades y sentirte más satisfecho con tu trabajo y en consecuencia con tu propia vida.

Lo más importante a considerar al elegir **qué habilidad desarrollar es aquello que te hace feliz y realizado, no lo que generaría la mayor cantidad de dinero, lo que impresionaría a otras**

personas, o lo que se supone que los demás esperan de ti.

3. Crea una red relacionada con tus intereses

Tanto si estás buscando activamente una nueva opción de carrera profesional o simplemente estás tratando de tener una idea sobre la dirección en la que debería estar, la creación de redes es una excelente manera de enfrentar esa tarea.

Cuantas **más personas conozcas, más información** podrás obtener sobre cómo es el entorno laboral, cómo son las personas que lo realizan y cómo disfrutan de su trabajo. Los estudios realizados al respecto concluyen que **en torno al 85% de los puestos de trabajo se cubren a través de la creación de redes.**

4. Haz una lista de tus opciones

Suele ser abrumador tomar una decisión sobre asuntos de importancia tan vital. Ya sea que sepas con claridad lo que quieres hacer o no, saber cómo llegar siempre es complicado. Para encontrar la carrera de tus sueños, es imprescindible que clasifiques cuidadosamente tus diferentes opciones.

Empieza haciendo una lista de todas las opciones posibles (sin demasiados filtros por el momento). Ya sean oportunidades laborales, formación, prácticas o trayectorias profesionales. Una vez lo hayas escrito podrás hacer un análisis más exhaustivo y limitar tus objetivos de manera progresiva.

5. Prueba con un test de orientación vocacional

Un test vocacional es una prueba que mide tus habilidades y rasgos personales para emparejarlos con una actividad profesional que se alinea con tus intereses. A menudo se toman

en la escuela secundaria o la universidad para tener una idea de qué trabajos serían más adecuados para el estudiante antes de elegir carrera.

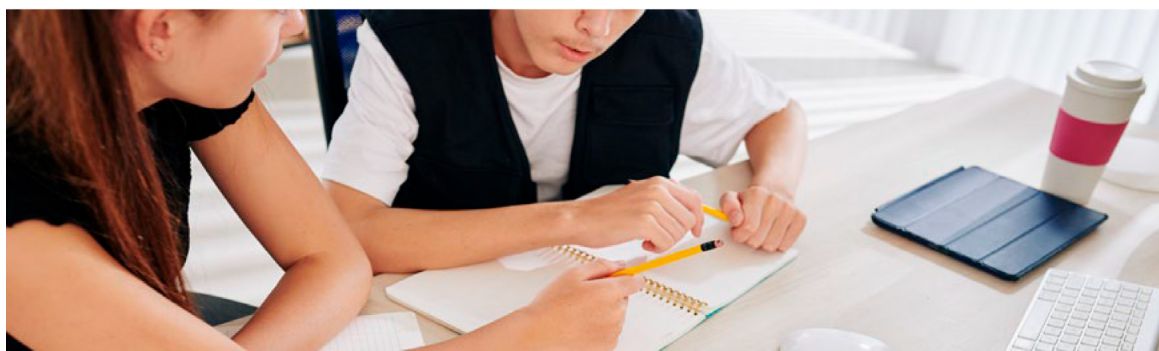
Un examen vocacional se puede tomar con diversos objetivos. Algunas personas los realizan solo para saber en qué son buenos y lo que podrían querer hacer en el futuro. Otros los hacen para encontrar el mejor camino hacia la profesión deseada.

Realizar una de estas pruebas es **también una forma inteligente de averiguar qué carreras se adaptan a tus habilidades e intereses**. Es en definitiva una excelente manera de saber adónde te llevarán tus talentos.

Ciertamente, encontrar la carrera que has soñado no es tarea fácil, y el camino puede enfrentarse con miedos e inseguridades. Sin embargo, todo el esfuerzo que dediques a esta decisión valdrá la pena. Piensa en cuánto tiempo vas a dedicar a tu trabajo a lo largo de tu vida: 90.000 horas para una persona promedio.

Debes asegurarte de que todo ese tiempo y esfuerzo se usará en tu beneficio, siguiendo una carrera que te haga feliz, que se alinee con tus valores e intereses, que potencie tus talentos y habilidades, y que te ofrezca una vida plenamente satisfactoria.

Tienes el poder para llegar allí, no si esfuerzo. Y ahora tienes también algunas herramientas para ayudarte a encontrar ese camino. ¡A por ello!





comunicacion@uatae.org
+34 91 517 73 75

General Palanca, 37
28045, Madrid

www.uatae.org