



Me gradúo de Escuela

Superior y qué voy a estudiar

Dentro de poco te vas a graduar de escuela superior y te encuentras en la etapa de transición hacia la vida universitaria. Este proceso te presenta grandes retos y muchas interrogantes. Es el momento de tomar múltiples decisiones sumamente importantes para tu futuro académico y profesional.

Una de las decisiones más importantes en este momento es tu decisión ocupacional. Tu elección de una carrera impactará tu estilo de vida y las personas con quien te habrás de relacionar gran parte del tiempo. Es importante que elijas una carrera que te apasione y satisfaga plenamente tus necesidades. Recuerda que la ocupación que selecciones es a lo que vas a dedicar gran parte de tu vida y esfuerzo. Debes hacer tu elección al iniciar los estudios universitarios y si es posible, antes de comenzarlos. De esta manera, podría seleccionar el programa académico más adecuado para ti, aprovecharás el tiempo al máximo y lograrás tus metas académicas y profesionales.



Para que tu proceso de elección de carrera sea exitosa, debes hacerte las siguientes preguntas:

¿Quién soy yo?

- ◆ Explora tus intereses, habilidades, destrezas, valores ocupacionales y rasgos de personalidad.
- ◆ Considera aquellas actividades y experiencias de trabajo voluntario y asalariado.
- ◆ Toma en cuenta tus fortalezas y limitaciones. Toma pruebas de aptitud e inventarios de intereses ocupacionales.

¿Cuáles son las ocupaciones que me interesan?

Investiga sobre:

- ◆ Requisitos académicos y profesionales
- ◆ Costos y lugar de estudio
- ◆ Oportunidades de empleo, sueldos y beneficios marginales.
- ◆ Ambiente de trabajo
- ◆ Oportunidades de crecimiento profesional

¿Quiénes me pueden ayudar?



- ◆ Padres
- ◆ Consejería profesional
- ◆ Profesionales especializados
- ◆ Maestros

¿Dónde encuentro información?

- ◆ Universidades
- ◆ Internet
- ◆ Revistas profesionales
- ◆ Biblioteca
- ◆ Centros de carrera y colocaciones
- ◆ Asociaciones y colegios profesionales

¿Qué ocupaciones son afines conmigo?

- ◆ Evalúa tus metas y prioridades
- ◆ Toma en cuenta los requisitos de la ocupación
- ◆ Considera tus expectativas y necesidades

¿Cuál es la carrera más adecuada para mí?

- ◆ Elige una carrera que armonice contigo
- ◆ Elige aquella ocupación que te apasione
- ◆ Toma en consideración las

- oportunidades de empleo
- ◆ Tú debes ser el único responsable por tu decisión

¿Cómo puedo lograr mi meta?

- ◆ Diseña un plan de acción
- ◆ Utiliza estrategias específicas
- ◆ Establece prioridades y metas claras y realistas
- ◆ Buscar información sobre ayudas económicas
- ◆ Desarrolla nuevos hábitos de estudios y mantener un buen promedio.
- ◆ Hazte miembro de asociaciones estudiantiles
- ◆ Asiste a ferias educativas y de empleo
- ◆ Participa de internados y trabajos voluntarios

¿Dónde busco información adicional? Enlaces electrónicos

- <http://www.onetcenter.org>
- <http://www.upr.edu>
- <http://www.careerbuilder.com>
- <http://www.collegeboard.com>
- <http://www.truecareers.com>



Nuestro Personal

Dra. Gloria A. Oliver, Directora

Departamento de Consejería
Tel. 787.257.0000 Ext. 4482
gloria.oliver@upr.edu

Dr. Antonio Vidal

Psicólogo Clínico
Tel. 787.257.0000 Ext. 3356
antonio.vidal@upr.edu

Dra. Eileene Pérez, Consejera

Tel. 787.257.0000 Ext. 4012
eileene.perez1@uprc.edu

Dra. Beatriz Ramírez, Psiquiatra

Tel. 787.257.0000 Ext. 4956
bearamirez@gmail.com

Prof. Milagros Ramos, Consejera

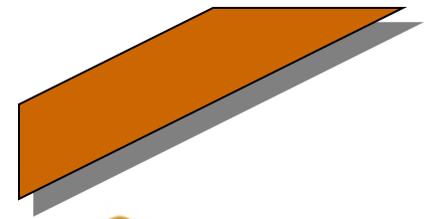
Tel. 787.257.0000 Ext. 3540
milagros.ramos1@upr.edu

Sra. Carmen M. Pastrana

Asistente Administrativo IV
Tel. 787.257.0000 Ext. 4001
carmen.pastrana@upr.edu



Preparado por:
Prof. Milagros Ramos
Rev. 2015



Selección Vocacional



Tel. 787.257.0000 Ext. 4482 o 4001

<http://tinyurl.com/DECOPSY>