

ACTIVIDADES PARA PERSONAS ORIENTADORAS

"CUADERNO DE BITÁCORA"

Actividad Nº: 8



B(t)
Bizkaia with the talent

Situación de Aprendizaje (SA)

Contexto:

se plantea la elección de estudios como un viaje en el que el estudiante debe pasar por una serie de fases de autoconocimiento y de exploración de opciones hasta llegar a la toma de decisiones. El cuaderno de bitácora se presenta como un recurso de acompañamiento que no solo se centra en la respuesta a unos cuestionarios, sino que pretende provocar una reflexión orientada, de tal forma que, además de los cuestionarios, se tenga en cuenta otra información próxima a su entorno, que le ayude a tomar la decisión.



Punto de partida:

La elección de tus estudios y de tu futuro profesional es una misión complicada y realmente es como un viaje. Un viaje en el que debes pasar por diferentes fases y llegar a tomar una decisión. A lo largo de este viaje tendrás que soñar a lo grande, también deberás conocerte un poco mejor a ti mismo/a y, finalmente, explorar diferentes opciones hasta el momento de estar preparado/a para tomar una decisión. En este cuaderno de bitácora te acompañamos durante el viaje, y tu misión será pasar por las diferentes fases hasta llegar a tomar una decisión sobre tus estudios posteriores. ¡Iniciamos el viaje!



Objetivos:

Facilitar el autoconocimiento de las aptitudes y los intereses personales y desarrollar habilidades que ayuden en la toma de decisiones.

Objetivos operativos:

1. Fomentar el autoconocimiento en el alumnado.
2. Desarrollar habilidades de toma de decisiones de cara a la elección de futuros estudios.
3. Desarrollar habilidades de comunicación, colaboración y reflexión crítica.

Competencias clave:

COMPETENCIA PERSONAL, SOCIAL Y DE APRENDER A APRENDER (CPSAA)
COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA (CCL)
COMPETENCIA EMPRENDEDORA (CE)

Descriptores operativos:

CPSAA3, CPSAA4, CCL1, CE1, CE2..



Descripción de la sesión:

Abre tu mente y sueña a lo grande (10 minutos)

Espacio para pensar a lo grande, para ver qué es lo que inspira al alumnado y lo que le entusiasma. En esta fase invitamos a las y los estudiantes a que sueñen, a que no se pongan límites.

¿Cómo te imaginas dentro de 15 años?

Algunas ideas y preguntas que les pueden ayudar:

- ¿Qué cosas te gustaría que estén en tu vida y qué cosas no? (un trabajo estable, un buen sueldo, una casa propia, una familia grande, su propia empresa,...)
- Para que tu yo de dentro de 25 años sea una persona exitosa, satisfecha y feliz ¿qué cosas necesita? ¿Qué ocupación crees que tendría?

En esta fase es importante que el propio alumnado no se ponga límites. No dejarles caer en comentarios como: "yo nunca podría...", "dudo que yo consiga...". Hay que evitar percepciones negativas de sí mismos, porque el objetivo es que se imaginen sin dichos límites.

Inspírate en otras personas exitosas

Se anima al alumnado a que piense en personas que según ellos y ellas han tenido éxito. Pueden buscar vídeos de esas personas hablando de su vida y cómo han llegado a su situación. Les podemos sugerir que miren las charlas TED.

 [Video: Keren Elazari. Hackers: el sistema inmunológico de internet](#)

 [Video: Jedidah Isler. De cómo me enamoré de los cuásares, los blázares y de nuestro increíble universo.](#)

También podemos mostrarle el ejemplo de Abdul y Zipline. Para ello, proyectamos la siguiente imagen y les formulamos una pregunta:

¿En qué país creéis que se ha desarrollado e implantado el primer sistema de delivery autónomo a través de drones en el mundo?

1

Revisa tus fortalezas (10 minutos)



Recurso

Conócete mejor (cuestionario de autoconocimiento de Etorlan, ADEGI).

Este cuestionario te puede ayudar a identificar algunas de tus fortalezas.

2



Revisa los **PLANETAS** o familias profesionales STEM para identificar las profesiones de estas personas exitosas.



Actividad de enriquecimiento: se recomienda invitar a los y las estudiantes a completar un “cuestionario de valores profesionales” que les ayude a identificar sus valores personales de cara a la elección de una profesión.



Anexo: Cuestionario de valores profesionales



Sería recomendable, tras la realización individual de esta dinámica, hacer una puesta en común de los valores más relevantes que han surgido y su vinculación con las profesiones STEM.

Recordamos a los/las estudiantes que es muy importante que su futura profesión les permita desarrollar alguno de los tres valores que han identificado. Es conveniente que busquen una profesión acorde con sus valores personales; de lo contrario, el trabajo puede convertirse en una fuente de insatisfacción permanente.



Video: [Invento asombroso: Este Drone lo cambiará todo](#)



Es un buen momento para pensar en quiénes son sus referentes. Se puede reflexionar sobre qué consideran ellos que es tener éxito. También podemos pedirles que indaguen sobre cuál ha sido su preparación profesional.

Inspírate en las personas de tu alrededor

Investiga a tu alrededor, pregunta en tu entorno. Identifica a personas de tu entorno que consideres que son exitosas. Indaga sobre sus profesiones.

Revisa los **PLANETAS** o familias profesionales STEM para identificar las profesiones de estas personas exitosas.

Actividad de enriquecimiento: se recomienda invitar a los y las estudiantes a completar un “cuestionario de valores profesionales” que les ayude a identificar sus valores personales de cara a la elección de una profesión.

Anexo: Cuestionario de valores profesionales

Sería recomendable, tras la realización individual de esta dinámica, hacer una puesta en común de los valores más relevantes que han surgido y su vinculación con las profesiones STEM.

Recordamos a los/las estudiantes que es muy importante que su futura profesión les permita desarrollar alguno de los tres valores que han identificado. Es conveniente que busquen una profesión acorde con sus valores personales; de lo contrario, el trabajo puede convertirse en una fuente de insatisfacción permanente.

Revisa tus fortalezas (10 minutos)



Recurso

Conócete mejor (cuestionario de autoconocimiento de Etorlan, ADEGI).

Este cuestionario te puede ayudar a identificar algunas de tus fortalezas.

2



Anexo: Cuaderno de bitácora

Anota en el **cuaderno de bitácora** los 4 atributos destacables que han salido en el cuestionario y las características de ese perfil de personalidad.

Preguntas de reflexión:

- ¿Crees que la descripción coincide con tu personalidad?
- ¿Qué áreas de formación se recomiendan según tu perfil de personalidad?
- ¿Te interesa alguna de estas áreas?
- ¿Coincide con tus intereses?



Se anima al alumnado a explorar los **PLANETAS** de las familias profesionales STEM que recomienda la herramienta según su perfil de personalidad.

Qué cosas se te dan mejor

Piensa en qué asignaturas se te dan mejor y también en aquellas que crees que se te dan peor.

Anota en el **cuaderno de bitácora** las asignaturas que se te dan mejor.

Pregunta a las personas de tu entorno

Pregunta también a las personas de referencia en tu vida; por ejemplo, familiares, amistades y profesorado. Ellos y ellas te pueden ayudar a conocer tus fortalezas. (Se puede vincular con la ACT 2- ¿Cómo me ven?)

Anota en el **cuaderno de bitácora** tus fortalezas.

Después de analizarse y de preguntar a las personas del entorno, el alumnado debe ser capaz de enumerar un listado de fortalezas (mínimo 4 fortalezas).

3

Pon a prueba tus intereses (30 minutos)



Recurso

Test de valores ocupacionales (cuestionario de Etorlan, ADEGI, basado en el Test de Holland).

3

En este cuestionario obtendrás otro perfil de tu personalidad, pero esta vez te ayudará a identificar mejor tus intereses (cuestionario de intereses profesionales). Este análisis te mostrará unas facetas más destacables en tu personalidad y, además, te puede ayudar a orientar tus estudios a partir de tus intereses.

Anota en el **cuaderno de bitácora** cuáles son los intereses asociados al perfil de personalidad que has obtenido en el test.

Preguntas de reflexión:

- ¿Crees que la descripción coincide con tu personalidad?
- ¿Qué áreas de formación se recomiendan según tu perfil de personalidad?



De nuevo, se anima al alumnado a que exploren los **PLANETAS** de las familias profesionales STEM que recomiendan la herramienta según su perfil de personalidad.

Tus hobbies e intereses

Piensa ahora en las asignaturas que más te gustan, aunque necesariamente no sean las que mejor se te dan. Piensa en qué cosas te gusta leer. Piensa también cuáles son tus hobbies, en qué disfrutas pasando tu tiempo libre. Posiblemente te ayuden a identificar intereses.

Anota en el **cuaderno de bitácora** tus intereses relacionados con áreas de conocimiento y/o profesiones.

La persona que guía el programa puede facilitar ejemplos al alumnado para ayudarles a concretar áreas de interés: arte, cine, tecnología, deporte, música, naturaleza, mundo animal, moda, etc.

4

Toma de decisiones (5 minutos)

Repasa la información de tu cuaderno de bitácora

Ya tienes una información más completa de lo que te interesa, de tus fortalezas y de lo que se te da mejor. Con esta información puedes explorar qué posibles profesiones encajan mejor con tus intereses y fortalezas.



Explora los **PLANETAS** de las familias profesionales STEM para identificar más detalles sobre las profesiones que se acercan más a tus intereses.

4

A tener en cuenta

También puedes revisar qué itinerario se necesita para estudiar las distintas profesiones. Te recomendamos que explores qué grados universitarios y ciclos formativos tienes según algunas de tus preferencias y competencias. También puedes explorar en diversas instituciones próximas y no tan próximas, para ver qué opciones encajan mejor con tu perfil.

Toma una decisión

Al final del proceso el/la estudiante debería estar preparado/a para decidir al menos entre 2 ámbitos profesionales y ser conocedor/a del proceso necesario para llegar a desempeñar dichas profesiones (itinerario, nivel de estudios).

En este momento es conveniente recordar al o a la estudiante que puede apoyarse en la familia y en el o la orientador/a del centro para tomar la decisión y para completar la información que necesite sobre el acceso a los diferentes estudios.

Compromisos

Finalmente, el/la estudiante escribe sus compromisos para los próximos 6 meses para seguir profundizando en las profesiones STEM que ha identificado. En este momento, el alumnado define los próximos pasos que llevará a cabo para informarse mejor sobre las profesiones que más le han interesado, sobre los centros de estudios, los requisitos de acceso, etc.

Se recomienda facilitar a los estudiantes la INFOGRAFÍA DE ITINERARIOS del programa GALAXIA.



Recursos:

- Bolígrafos, lápices y rotuladores.
- Ordenadores
- Conexión Wifi
- Plataforma digital

Recomendaciones para llevarla a cabo



Asegúrate de que haya conexión a internet disponible para que el alumnado pueda acceder a la plataforma del proyecto.



Crear un ambiente de respeto y apoyo donde todo el alumnado se sienta cómodo compartiendo sus percepciones y trabajos.



Establecer un cronograma claro con fechas límite para cada fase de la actividad, asegurando que el alumnado tenga tiempo suficiente para la preparación y redacción.



Se recomienda que la persona que guía la actividad tenga perfil de orientación.

Tiempo aproximado:

50 minutos

Rúbrica de evaluación

Criterios	Excelente 5	Bueno 4	Aceptable 3	Suficiente 2	Inicio 1
Autoconocimiento	Demuestra una profunda comprensión de sus intereses, habilidades y aspiraciones.	Muestra buena comprensión de sus intereses y habilidades.	Exhibe comprensión básica de sus intereses y habilidades.	Está comenzando a comprender sus intereses y habilidades.	Está dando los primeros pasos en identificar sus intereses y habilidades.
Toma de decisiones	Analiza de manera profunda y crítica las diferentes opciones disponibles y selecciona con seguridad.	Analiza las opciones disponibles de manera crítica y selecciona, aunque no con total seguridad.	Analiza las opciones disponibles de manera adecuada y muestra dudas en la selección.	Muestra dificultades para analizar las opciones disponibles.	No muestra capacidad de análisis ni reflexión al elegir las opciones disponibles.



ACTIVIDADES PARA PERSONAS ORIENTADORAS

"CUADERNO DE BITÁCORA"

Actividad N°: 8



Organizaciones colaboradoras:





ACTIVIDADES PARA PERSONAS ORIENTADORAS

ANEXOS



Cuestionario de valores profesionales

Se propone la siguiente dinámica:

Lee con atención la siguiente lista de valores profesionales (puedes añadir algún valor más, si así lo deseas). Después, rodea los números que expresen tus **tres valores preferentes**:

1. **Ganar dinero:** poseer más dinero del necesario para cubrir correctamente las necesidades personales.
2. **Creatividad:** pensar o imaginar cosas nuevas que no existían antes, originales. Hacerlas.
3. **Altruismo:** mejora, ayuda, cuidado y protección de otras personas. La meta: ayudar a los demás a conseguir alguna cosa.
4. **Comodidad:** bienestar mediante el uso y el disfrute del espacio y del tiempo; sentirse cómodo y a gusto. Es el valor anticompetitivo.
5. **Seguridad:** tener las necesidades cubiertas y no correr riesgos. Trabajo fijo, estable, sin riesgos de paro o de despido, etc. Tipo funcionario público.
6. **Dirección:** realizarse dirigiendo a otras personas.
7. **Prestigio:** ser reconocido por méritos, tener un buen nombre para ser el mejor o muy bueno en una parcela de trabajo, o bien anhelar la fama, es decir, tener prestigio delante de propios y extraños.
8. **Independencia:** trabajar con autonomía, siguiendo las propias ideas y creencias, no dependiendo de otros.
9. **Sociabilidad:** relacionarse con muchas gente, trabajar con personas, tener muchas amistades.
10. **Diversidad:** ejercer actividades diversas. Antirutinario. Trabajos variados que impliquen cambios, aventuras, cierto riesgo.
11. **Ejecución:** satisfacción en el cumplir órdenes, actuar bajo la dirección de alguien, obedecer, asumir tareas parecidas sin responsabilidad personal.
12. **Realización:** obtener satisfacción por el trabajo bien hecho, realización personal, ya sea creando alguna cosa, reparando, o atendiendo a otras personas, etc. Disfrutar personalmente con lo que se hace. Valor que por otra parte tendría que darse en todos los otros. Es la “profesionalidad”.
13. **Descubrimiento:** solucionar problemas, investigar, indagar, averiguar, plantearse siempre preguntas.
14. **Competitividad:** como valor profesional lo entendemos en el sentido de tener espíritu de lucha y superación de “la competencia”. Ser mejor que los otros que hacen tareas parecidas.
15.



ATRIBUTOS DESTACABLES DE MI PERSONALIDAD

- ★
- ★
- ★
- ★

LAS ASIGNATURAS QUE MEJOR SE ME DAN

- ★
- ★
- ★
- ★

MIS FORTALEZAS SEGÚN MI ENTORNO

- ★
- ★
- ★
- ★

MIS INTERESES PROFESIONALES SEGÚN MI PERSONALIDAD

- ★
- ★
- ★
- ★

MIS HOBBIES E INTERESES

- ★
- ★
- ★
- ★

TOMA DE DECISIONES

- ★
- ★
- ★
- ★

COMPROMISOS PARA LOS 6 PRÓXIMOS MESES