

Tirada: 203.888	20 minutos ESPECIAL	Superficie: 624 cm²	
Difusión: 203.888		Ocupación: 100%	
(O.J.D)	Nacional	Annual	
Audiencia: 731.608	General	1^a Edición	22/05/2019
Ref: 11086571		Página:	6
			1 / 1

ESPECIAL ESTUDIOS SUPERIORES Y FP



ESTUDIANTES EN LA UCA (LONDRES) PARIS

CONSEJOS PARA ELEGIR LA CARRERA QUE TE CONVIENE

Lógicamente hay que tener muy en cuenta las salidas laborales, pero no solo pensar en ello

V.V.
PND@20minutos.es / @20m

¿Qué carrera debo estudiar? Y aún más, ¿la que debo es la que quiero?

Cuando no hay una vocación de por medio, estas dos preguntas son las que más se hacen los jóvenes mientras estudian su bachillerato.

Que más se hacen y que más les cuesta contestar. Y es que con un situación laboral tan difícil como la de hoy no hay que pensar únicamente en las salidas laborales, pero hay que tenerlas en cuenta.

Si nos invade la presión no debemos preocuparnos, ya que según los expertos la tensión y los nervios son síntomas normales en esta situación.

CONTROLA LA ANSIEDAD

Este es un momento que suele provocar mucha ansiedad en el alumno porque siente que su futuro empieza a construirse a partir de ahora. De hecho, son muchos los jóvenes que incluso hacen la Selectividad sin saber qué carrera van a estudiar después.

Veamos qué dicen los expertos. Desde TISOC Coaching, escuela europea de coaching en español, dan una serie de consejos para aquellos que aún no han de-

cidido qué carrera estudiar.

HAZTE LAS PREGUNTAS CLAVE:

¿EN QUÉ ME VEO TRABAJANDO?

¿Qué me imagino yo haciendo en el futuro? ¿Qué tipo de trabajo me apasionaría realizar?

Si supiera que el éxito de mis estudios está asegurado, ¿qué carrera universitaria realizaría sin dudarle ni un instante?

¿Cómo y cuándo me voy a informar de la oferta de estudios universitarios?

¿Qué pasos concretos voy a

dar, desde hoy mismo, para alcanzar mis objetivos personales?

MEJOR DECIDIRLO ANTES DE LA PRUEBA DE SELECTIVIDAD

Lo ideal es haber valorado nuestras preferencias y haber tomado una decisión en los dos años previos a la prueba de Selectividad.

De este modo podremos elegir el mejor bachillerato y las asignaturas optativas que ponderen más en la prueba de acceso a la Universidad, de acuerdo a los estudios que deseamos cursar.

TRAZA UN PLAN DE ACCIÓN

Tirarse de los pelos no va a servir absolutamente de nada. Lo mejor para tomar las riendas es crear un plan con acciones precisas y plazos definidos que sigamos a rajatabla.

No esperes ni un segundo más, coge papel y bolígrafo

y sigue los siguientes pasos:

-Pon por escrito tus preferencias. Escribe todo aquello que te gustaría hacer, sin el filtro de si es fácil o difícil. Observa todas las posibilidades que han aparecido y redondea con colores llamativos las que más te atraigan, así encontrarás excelentes claves para tu elección.

-Habla con profesionales que trabajen en las áreas que más te gusten para tener una visión realista sobre las mismas.

-Busca información sobre los programas que te interesen y sobre las universidades a las que tengas acceso.

-Investiga sobre cuáles son los requisitos de admisión, plazos de matrícula, precios, documentación a aportar y otros aspectos burocráticos de los grados y universidades que estén en tu campo de interés.

-Elabora un calendario de

realización de cada una de las tareas que te has propuesto llevar a cabo.

SÉ AMBICIOSO: CONFÍA EN TUS CAPACIDADES SIN LIMITARTE

En muchos casos la percepción que tenemos sobre nosotros mismos es auto limitadora, de forma que tenemos una visión poco realista acerca de lo que podemos alcanzar y de lo que no.

Desgraciadamente, muchas de estas falsas creencias son aprendidas a través de profesores o padres, que hacen un flaco favor al alumno, cuando lo que en realidad pretenden es facilitarle la toma de decisiones y apoyarlo.

Confía en tus posibilidades, reconóctete como un ser valioso, recupera en tu memoria momentos de tu vida en los que has logrado cosas importantes, cosas de las que te hayas sentido orgulloso y analiza qué capacidades pudiese en funcionamiento en aquella ocasión. Todos esos talentos son tuyos y ahora van a ser tu motor.

IDENTIFICA TU TALENTO. LA MOTIVACIÓN ES IMPORTANTE

Las áreas en las que tenemos talento suelen ser aquellas con las que más disfrutamos y donde nos sentimos más cómodos. La motivación es un excelente indicador de dónde está alojado aquello para lo que somos mejores.

INFÓRMATE SOBRE LA OFERTA DE ESTUDIOS UNIVERSITARIOS

Decidir lo que vamos a estudiar durante los próximos años y elegir aquello a lo que nos vamos a dedicar en un futuro, bien merece tomarse su tiempo.

Tenemos muchas formas de acceder a la información sobre universidades, planes de estudios, titulaciones, créditos, programas, asignaturas, requisitos de admisión, salidas, etc.

Se recomienda especialmente que consultes: el Programa Orienta, un recurso muy útil para ayudarnos a decidir qué quieres estudiar; las páginas oficiales de las distintas Consejerías de Educación, de las Universidades públicas y privadas, del Ministerio de Educación y Cultura y la página de la UNED (Universidad Nacional de Educación a Distancia), si tu deseo es estudiar a distancia. ●

RECOMENDACIONES

1 Sé proactivo: investiga, habla con otros estudiantes, visita universidades, habla con orientadores...

2 Considera lo que quieres hacer, no qué estudiar. Cuando tienes claro qué quieres ser podrás determinar mejor qué carrera debes estudiar.

3 El salario no lo es todo. Si eres un buen profesional probablemente tendrás éxito y el dinero vendrá. Si solo busca el dinero y estudias algo que no te gusta todo se complicará.

4 Toma tu propia decisión. Es bueno escuchar a la gente en la que confiamos, pero la decisión debe ser tuya.



20M.ES/EMPLEO

Consulta en nuestra página web las noticias, artículos y opiniones sobre Formación y Empleo.