



## ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo/a a tener experiencias asociadas con profesiones?

Mientras su hijo/a esté todavía en preparatoria y secundaria, debe participar en el mayor número posible de actividades de investigación de carreras. Estas actividades podrían ser:

**Entrevistas informativas.** Aliente a su hijo/a a que llame a personas que ya trabajan en la carrera de su elección. Su hijo/a debe explicarles a la persona el propósito de su llamada y determinar cuánto tiempo le puede dedicar para platicar. Algunas preguntas importantes serían:

- ¿Cuáles son las actividades diarias en su trabajo?
- ¿Cómo se decidió usted por esta carrera?
- ¿Qué tipo de entrenamiento necesitó para entrar en esta carrera?
- ¿Qué es lo que más le gusta de su trabajo?
- ¿Qué es lo que menos le gusta de su trabajo?

**Ferias profesionales.** Aproveche cualquier oportunidad de ir a las ferias profesionales con su hijo/a, así él/ella tendrá la oportunidad de aprender más acerca de las diferentes carreras. Las secundarias, universidades locales o la cámara de comercio local ofrecen ferias profesionales frecuentemente.

**Patrocinio de Experiencia Laboral.** Mientras más vea a gente trabajando en su ambiente, su hijo/a estará más informado en las opciones profesionales que tiene. Investigue si existen en su comunidad programas como "Lleve al trabajo a su hijo/a".

**Internados y entrenamiento por experiencia laboral.** Estos programas le permiten a su hijo/a en ciertas ocasiones ganar créditos en la secundaria mientras explora la carrera de su interés. Los internados y capacitación por experiencia laboral a veces son pagadas.

**Trabajo voluntario.** Aliente a su hijo/a a que trabaje de voluntario para una empresa u organización que ofrezca trabajos en la carrera de su interés.

**Clases vocacionales.** Si la secundaria de su hijo/a ofrece clases vocacionales en el área de su interés, anímelo a que tome esas clases para adquirir experiencia real con las herramientas y habilidades aplicadas en el área de la carrera.

**Visitas guiadas.** Las visitas guiadas es otra manera en que su hijo/a verá trabajadores en diferentes carreras. Antes de que su hijo/a asista a una visita guiada, pídale que cuando esté en su visita observe los diferentes tipos de carreras y trabajadores. Después platique con él/ella sobre esas carreras. Usted también puede organizar una visita guiada sólo para usted y su hijo/a, a un negocio u organización que emplee personal en la carrera de la elección de su hijo/a.

Recuerde que la carrera de elección es una decisión personal. No trate de dirigir a su hijo/a a una carrera en particular porque usted cree que es algo que a usted le gustaría.

Mientras más carreras conozca su hijo/a, más posibilidades hay de que cambie sus preferencias. No deje de animar a su hijo/a durante este proceso - mientras esté más informado en las carreras disponibles, mejor decisión tomará.

### Para más información consultar:

Las siguientes son fuentes de información muy importantes para usted y su hijo/a sobre el proceso de decisión de carrera:

Manual de Panorama Ocupacional (Occupational Outlook Handbook) del Departamento del Trabajo de los EE.UU., encuéntralo en su biblioteca local o en Internet en: <http://www.bls.gov/oco/home.htm>

La Oficina de Red de Recursos de Carreras (Career Resource Network Office) de su estado tendrá información sobre carreras e información adicional sobre el proceso de decisión de carrera. Para conocer su oficina estatal, consulte: <http://www.acrnetwork.org> y haga clic en "Network."

Puede encontrar la Red de Información Ocupacional (Occupational Information Network; O\*Net) del Departamento del Trabajo de los EE.UU. en <http://online.onetcenter.org/> y haga clic en "Skills Search."

La Red de Información de Carreras de América (America's Career InfoNet), que es una alianza federal y estatal, coordinada por el Departamento del Trabajo de los EE.UU. se encuentra en: <http://acinet.org/acinet/default.asp>

*Nota de la traductora: la preparatoria o "middle school" son los grados intermedios que van desde la escuela primaria (5° a 6° grado) hasta la secundaria (8° grado). Estos grados intermedios no tienen un equivalente en el sistema de educación latinoamericano donde las escuelas primarias van del kinder o jardín de infancia a 6° grado y la secundaria comprende del 7° al 12° grado. En México y algunos países de Centroamérica, primero se cursa la secundaria y después la preparatoria.*



La Red de Recursos Sobre Profesiones

## Ayude a su Hijo/a a Decidir su Carrera.

Una guía para padres de estudiantes de escuela intermedia o secundaria sobre como hacer decisiones relacionadas con carreras profesionales...



Este folleto fue creado utilizando una concesión de la Oficina de Educación Vocacional y para Adultos del Departamento de Educación.



# P

## Por qué es importante mi ayuda?

Una estupenda carrera no surge de un día para el otro. Por eso es importante que su hijo/a haga un plan de carrera. Usted es la persona indicada para asegurar que su hijo/a está haciendo una selección acertada entre sus opciones, es usted.

- Los resultados de investigaciones muestran que los padres ejercen la mayor influencia en la selección de carrera que hacen sus hijo/as.
- Como padre/madre usted mejor que nadie, conoce a su hijo/a.
- Usted, más que nadie está interesado en ayudar a su hijo/a a escoger una carrera gratificante.
- El futuro de su hijo/a es muy importante, como para dejarlo a la "suerte" o a la "casualidad".

Se incluyen sugerencias sobre el proceso que su hijo/a debe seguir para tomar una decisión sobre su profesión:

- Considerando que su hijo/a sabe muy poco acerca de las carreras disponibles, él/ella necesita quién lo guíe en elegir la mejor trayectoria educativa y profesional.
- Antes de enfocarse exclusivamente a una carrera, su hijo/a debería investigar la mayor cantidad de profesiones, y pensar sobre lo que le gusta y no le gusta de cada una.
- Es importante tener un plan de carrera antes de invertir tiempo, energía y dinero en una universidad.

# C

## ¿Cómo ayudo a mi hijo/a hacer planes profesionales?

Sea una pareja activa con su hijo/a mientras el/ella tome cada uno de estos pasos. Ayude a su hijo/a:

### Descifrar sus gustos y disgustos y lo que es importante para él/ella.

Para que su hijo/a escoja la profesión ideal, él/ella debe identificar qué temas le interesan, su personalidad, habilidades y valores. Existen muchas herramientas de evaluación que los consejeros académicos utilizan para ayudar a los estudiantes a identificar sus intereses. Usted también puede ayudar a su hijo/a a pensar cuáles son sus intereses, personalidad, habilidades y valores, platicando con él/ella lo que le gusta o le disgusta; y cómo esas preferencias se relacionan con su elección de carrera. Para más información en asesoramientos de interés, vea la guía de padres, titulada: "Ayudando a su Hijo/a a Identificar Intereses" en <http://www.acrnetwork.org/parensguide/>

**Conocer acerca de las carreras.** Es importante que su hijo/a cuente con la mayor cantidad de información posible acerca de las carreras que le interesan. La mayoría de las veces, se cuenta con muy poca información al momento de decidir la carrera profesional; y esto puede resultar en la selección equivocada de carrera. Ayude a su hijo/a a recopilar información impresa sobre la carrera que le interesa, aliéntelo a que platique con gente que ya trabaja en esa profesión, y a que experimente trabajando en la carrera de su elección. Consulte la Red de Información Ocupacional del Departamento de Trabajo de los EE.UU. en <http://online.onetcenter.org/> y haga clic en "Skills Search."

**Establecer metas primarias y secundarias.** Tal vez su hijo/a tiene en mente una carrera ideal pero debe considerar otras metas alternativas también. Por ejemplo, si la primera ambición profesional de su hijo/a es ser atleta profesional, debería también considerar otras profesiones en el campo de los deportes, tales como medicina deportiva, promoción deportiva, entrenamiento o educación física. Es buen consejo tener metas opcionales.

### Crear y seguir un plan.

Ayude a su hijo/a a crear un plan educativo que logre su meta profesional. Esto incluye escoger cursos con cuidado en la secundaria. Asegúrese que su hijo/a está bien preparado para la universidad u otra institución de capacitación después de la secundaria.

# Q

## ¿Qué información sobre carreras necesita mi hijo/a?

Para que su hijo/a esté bien informado sobre la carrera de su elección, usted debe ayudar a recopilar información que le ayude a decidir si esa carrera coincide con sus intereses personales, habilidades y valores. Se incluyen preguntas que deben ser exploradas:

- ¿Cuáles serán mis actividades en un día normal?
- ¿Qué preparación o educación necesito?
- ¿Dónde puedo entrenarme para esta carrera?
- ¿Existirán vacantes en el futuro -cuando termine mi capacitación?
- ¿Cuánto se gana en esta profesión? Es de gran ayuda para su hijo/a al decidir por una carrera, hacer un ejercicio de cálculo de un presupuesto y ver si podrá mantener el nivel de vida de su preferencia con el salario esperado.
- ¿Qué conocimientos y habilidades se necesitan en este trabajo?
- ¿Cuento ya con suficientes conocimientos y habilidades, o necesitaré desarrollarme más? ¿Cómo consigo este desarrollo?
- ¿Cuáles son las oportunidades de crecimiento en esta carrera?
- ¿Las condiciones ambientales de este trabajo son en las que yo me desarrollaría mejor? (en interiores o al aire libre, en una oficina o fábrica, en cuadrilla o individualmente)
- ¿Requiere el trabajo actividad física, y estoy dispuesto y tengo la capacidad de desempeñarme en el nivel requerido?