

REFORMA ACADÉMICA DEL NIVEL MEDIO SUPERIOR

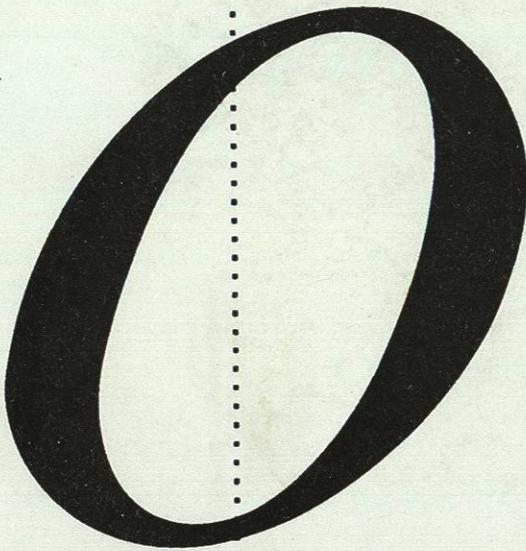
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
Secretaría Académica

M5

Guía del Alumno
y
Compilación de Lecturas

ORIENTACIÓN, SEGUNDA EDICIÓN 1996

Orientación



2343
80
96

2343

80

96

5

LB2343

U530

1996

v.5

0120-29160



1020124228

ORIENTACIÓN

CURSO V

"Planificación de vida y profesión"

Compilación de Lecturas y Guía del Alumno

Segunda Edición, 1996



INDICE

	Página
PRESENTACION.....	4
PARTE I.....	6
PROGRAMA ANALITICO (Organizador de clase)	
* Objetivo del Curso V.....	7
* Unidad 1-Reflexión sobre plan de vida.....	8
- Objetivo.....	8
- Mapa conceptual Unidad 1.....	9
- Cuadro 1a. Sesión.....	10
- Cuadro 2a. Sesión.....	11
- Cuadro 3a. Sesión.....	12
- Cuadro 4a. Sesión.....	13
* Unidad 2- Reflexión sobre personalidad y elección de profesión.....	14
- Objetivo.....	14
- Mapa conceptual Unidad 2.....	15
- Cuadro 5a. Sesión.....	16
- Cuadro 6a. Sesión.....	17
- Cuadro 7a. Sesión.....	18
- Cuadro 8a. Sesión.....	19
PARTE II.....	20
COMPILACION DE LECTURAS Y EJERCICIOS	
UNIDAD 1	21
REFLEXION SOBRE PLAN DE VIDA	21
1a. Sesión	22
A. Análisis de las necesidades del ser humano.....	22
Lectura: "Crecimiento, desarrollo, y autorealización" María Elisa Acosta González.....	23
Ejercicio 1: Necesidades humanas.....	25
Ejercicio 2: ¿Qué tema trabajamos?.....	27
2a. Sesión	29
B. Importancia de planear vida y profesión.....	29
Lectura: Planear tu carrera y tu vida. María Elisa Acosta González.....	30
Ejercicio 3: Importancia de la planeación.....	36
C. Importancia de tomar decisiones.....	38
Lectura: "Cómo tomar una decisión" David Cásares Arrangoiz y Alfonso Siliceo Aguilar.....	39
Ejercicio 4: Importancia de tomar decisiones.....	41
Ejercicio 5: ¿Qué temas trabajamos?.....	42
3a. Sesión	44
D. Reflexión sobre quién eres y quién quieres ser.....	44
Lectura: "Quién eres y quién quieres ser" María Elisa Acosta González.....	45
Ejercicio 6 ¿Quién eres?.....	49
Ejercicio 7: ¿Quién quieres ser?.....	57



	Página
Ejercicio 8: ¿Qué temas trabajamos?.....	60
4a. Sesión	62
E. Planteamiento de metas.....	62
Lectura: "Lo que deseas hacer con tu vida" María Elisa Acosta González.....	63
Ejercicio 9: "Jerarquía de necesidades".....	64
Ejercicio 10: Sueños.....	65
Lectura: "Tus objetivos de vida" María Elisa Acosta González.....	67
Ejercicio 11: "Objetivos para planificar vida y profesión".....	68
Ejercicio 12: Plan de vida y carrera (Síntesis de reflexión sobre tu persona).....	71
Ejercicio 13: ¿Qué tema trabajamos?.....	73
UNIDAD 2	75
REFLEXION SOBRE PERSONALIDAD Y ELECCION DE PROFESION	75
5a. Sesión	76
A. Importancia de elegir profesión.....	76
Lectura: Ventana a la reflexión Rogelio Oliver.....	77
Ejercicio 14: Importancia de la elección de profesión.....	83
Lectura: "Elementos que necesito para decidir mi carrera" David Cásares Arrangoiz y Alfonso Siliceo Aguilar.....	84
Ejercicio 15: Análisis de los elementos para elegir carrera".....	87
Ejercicio 16: ¿Qué tema trabajamos?.....	89
6a. Sesión	91
B. Tipos de Personalidad.....	91
Lectura: "Tipos de personalidad" John L. Holland.....	92
Ejercicio 17: Notas sobre tipos de personalidad.....	98
Ejercicio 18: Tipos de personalidad.Conclusiones.....	99
Ejercicio 19: ¿Qué tema trabajamos?.....	100
7a. Sesión	102
B. Tipos de personalidad (continuación).....	102
Ejercicio 20: Investigación autodirigida.....	103
8a. Sesión	111
C. Relación de la personalidad con las profesiones.....	111
Lectura: "Clasificación amplia de elección vocacionales ocupaciones" John L. Holland.....	112
Ejercicio 21: Revisión de la investigación autodirigida.....	117
Ejercicio 22: Tipos de personalidad y ocupación.....	119
Ejercicio 23: ¿Qué tema trabajamos?.....	120
PARTE III.....	122
CRITERIO DE EVALUACION.....	123
Criterio Concentración del seguimiento escolar.....	124
BIBLIOGRAFIA.....	125

Presentación (Alumno)

Se han concluido dos etapas importantes con el propósito de auxiliarte en tu autorrealización: la etapa de la Orientación Educativa, tan necesaria para tu desempeño escolar eficiente; y la etapa de la Orientación Psicológica, que pretende contribuir a facilitar tu desarrollo personal.

Llega ahora el momento de contribuir en la tercera etapa: La Orientación Vocacional, facilitándote con ello, el por sí tan difícil propósito de decidir y planear qué deseas y puedes realizar en tu vida.

Esta tercera etapa que corresponde a Orientación Vocacional, se trabajará en los cuatro cursos siguientes.

Este Curso V, pretende lograr una primera reflexión sobre la importancia de planificar vida y carrera y tomar decisiones responsables así como sobre los Factores Personales que intervienen en la planificación de vida y carrera. La planificación general de lo que se desea hacer, trata en la Unidad 1, y la reflexión sobre la personalidad que se posee y con qué carreras se vincula, se aborda en la Unidad 2.

El autoanálisis, la reflexión y tu actitud sincera, permitirán mayor comprensión de tus expectativas de vida personal y profesional.

Como un complemento a las actividades señaladas en tu Programa de Orientación, te presentamos esta **Compilación** que es el equivalente a la reunión en una sola obra, de las diferentes temáticas desarrolladas por varios autores; a través de ésta tienes una valiosa información específica de los temas señalados en tu programa, que te permite a la vez conocer las ideas de diferentes autores.

Cada uno de los contenidos temáticos de esta **Compilación** te servirán como base para la realización de los ejercicios y metas que vas a desarrollar, se anexa también la bibliografía correspondiente a las obras consultadas, lo cual te permitirá ampliar la información o investigar cuando tú lo desees.

Esta **Compilación** está formada por :

Presentación

Parte I: Programa analítico del curso.

Parte II: Compilación de lecturas y ejercicios.

Parte III: Criterio de evaluación.

Bibliografía.

Como te has dado cuenta, tu preparación activa en el desarrollo del Programa de Orientación constituye el elemento más importante, ya que va dirigido a la formación de un estudiante crítico, con capacidad de conocer, analizar, interpretar y actuar en forma responsable ante todos aquellos factores que ejercen acentuada influencia en tu proceso de aprendizaje.

Esperamos que la teoría de este curso te sirva de guía y que las actividades a realizar te permitan mejorar tu vida en general.

Comité de Orientación

Lic. Leticia Douglas Beltrán
Lic. Guadalupe García Silva
Lic. Gloria Delia González Pérez
Prof. José Lino Lozano García
Lic. José Guadalupe Salazar Reyes