



CUADERNO  
PARA PADRES

Versión corta

# DIARIO PARA LA ELECCIÓN DE UNA PROFESIÓN

Daniel Jungo • Erwin Egloff

## Queridos padres:

Con el ingreso al nivel 1 de la escuela secundaria, comienza para los jóvenes el proceso de elección de una profesión. Ustedes, los padres, pueden desempeñar aquí un papel activo, estimulando, apoyando y alentando a sus hijos. Ustedes son los primeros y más importantes interlocutores de los jóvenes. Este cuaderno para padres les muestra cómo apoyar y acompañar a sus hijos de la mejor manera posible en este proceso.

Les deseamos, a ustedes y a su hijo/a, mucha suerte y mucho éxito en la elección de una profesión.

## Fortalecer a su hijo/a

Para fortalecer a su hijo/a en la elección de una profesión, es importante observar actitudes positivas. La estrategia ideal es brindarle un apoyo y una guía basados en la comprensión y la colaboración, reforzando los comportamientos positivos.

Comportamientos descritos con ejemplos de padres:

### Confianza en sí mismo/a

«Nuestra hija habló con su profesor debido a una nota que le parecía injusta».

### Autonomía

«Nuestro hijo nos sorprendió organizando de forma independiente una práctica de orientación profesional en una empresa».

### Iniciativa

«Para nuestra hija, el tiempo libre disponible nunca es suficiente. Siempre encuentra alguna actividad que le gusta y la divierte».

### Perseverancia

«Nuestro hijo tiene un pasatiempo particular: le interesan muchísimo los autobuses postales».

### Aptitud para relacionarse

«Nuestro hijo mayor es un poco tímido. Pero tiene tres amigos que van a verle o con los que trata a menudo».

### Características del apoyo y la guía basados en la comprensión y la colaboración

- Comprender sus sentimientos
- Mostrarle comprensión
- Ofrecerle ayuda
- Estimular la reflexión
- Dejarle margen de decisión

Pienso que has escrito una muy buena carta de motivación. Tengo dos sugerencias para formularla mejor todavía.



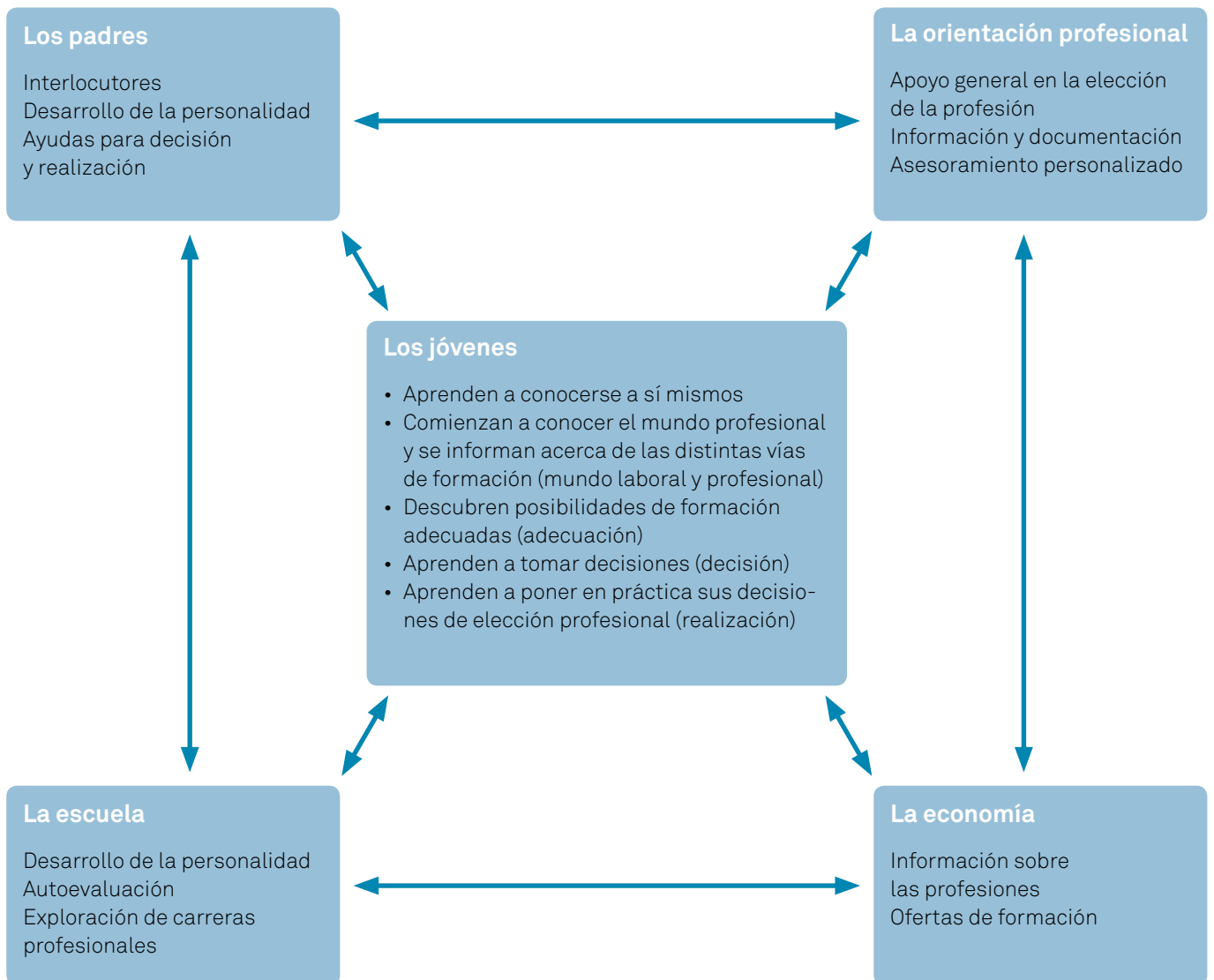
### CONSEJO

- Refuerce actitudes positivas como la confianza en sí mismo/a, la autonomía, la iniciativa, la perseverancia y la capacidad para relacionarse.



## El modelo cooperativo

El modelo cooperativo muestra que no solamente los padres pueden apoyar a los jóvenes en la elección de una profesión. También la escuela, la orientación profesional y la economía pueden colaborar.



**El modelo cooperativo en la etapa previa a la elección de una profesión muestra quién son las partes más importantes.**



## Los cinco pasos hacia la elección de la profesión

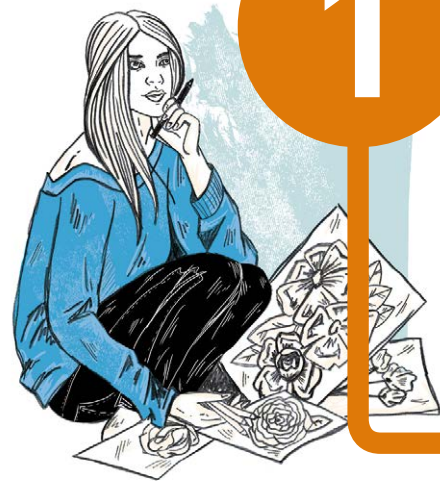
Para su hijo/a, el paso de la escuela obligatoria al aprendizaje de una profesión o a una escuela de formación superior tiene lugar en varias etapas. El objetivo es encontrar una solución adecuada para continuar la formación tras el período de escolaridad obligatoria.

# 1

### Aprendo a conocerme

#### Descubrir los intereses y capacidades

- Determinación de la situación personal y autoevaluación con ayuda del cuaderno de trabajo
- Observaciones en el tiempo libre y en la escuela
- Conversaciones con los padres y profesores y entrevistas con el/la asesor/a profesional



# 2

### Descubro el mundo profesional

#### Obtener información sobre las distintas profesiones

- en los Centros de orientación profesional (BIZ): documentación general, descripción de las distintas profesiones, medios de información sobre estudios superiores/universitarios, revistas de información sobre la elección profesional
- Información en Internet
- Exploración de profesiones



#### CONSEJO

- Infórmense periódicamente sobre los temas en los que está trabajando su hijo y busque información al respecto.

## Me comparo con el mundo del trabajo

3

### Definir objetivos profesionales y de formación adecuados

- Cuestionarios de definición de intereses, brújula de intereses y lista de profesiones
- Clasificación de las profesiones preferidas
- Preferencias y requisitos
- Conversaciones con los padres y profesores y entrevistas con el/la asesor/a profesional

## Me informo sobre las profesiones y tomo mi decisión

### Descubrir el mundo profesional y tomar decisiones

- Prácticas de orientación
- Conversaciones con profesionales y maestros de aprendices
- Exploración de profesiones
- Visitas de empresas y orientaciones sobre las profesiones
- Eventos de información
- Verificar las posibilidades existentes: información, perspectivas para encontrar un puesto de aprendizaje, alternativas, etc.

4

## Pongo en práctica mi decisión

### Encontrar un puesto de aprendizaje

- Buscar direcciones de empresas con puestos de aprendizaje
- Escribir las cartas de candidatura
- Entrevista de presentación
- Aceptar los rechazos

### Buscar una solución transitoria o una oferta puente

- Mejorar las oportunidades
- Prepararse para la profesión o la escuela
- Profundizar los conocimientos de idiomas extranjeros

### Planificar la formación en una escuela superior

- Seleccionar la escuela superior
- Paso
- Aprobar el examen de ingreso

5





## Conocer el día a día laboral

Es importante e interesante para los jóvenes experimentar directamente los distintos aspectos del día a día laboral. Esto supone un gran paso hacia la elección de una profesión.



Los jóvenes están confrontados con la realidad profesional y se hacen una idea más concreta del mundo del trabajo.

- Exploración de profesiones
- Visitas de empresas y orientaciones sobre las profesiones, eventos informativos
- Jornadas de prueba, prácticas de orientación
- Entrevistas con profesionales

## Buscar un puesto de aprendizaje

Con la ayuda de listas de direcciones de las empresas, los jóvenes pueden enviar sus candidaturas para los puestos de aprendizaje vacantes.



### CONSEJOS

- Ayuden a su hijo/a en la búsqueda de un puesto de aprendizaje.
- Utilicen las direcciones de Internet de la bolsa oficial suiza de puestos de aprendizaje en [www.berufswahltagbuch.ch/lehrstellen](http://www.berufswahltagbuch.ch/lehrstellen)
- Pidan a familiares, conocidos y docentes que les ayuden y les faciliten direcciones.
- Lean los avisos de empleo en los periódicos y en Internet.
- Tomen contacto directamente con las empresas.
- Consideren con suficiente antelación la elección de otras profesiones afines.



## Entrevistas de presentación

La impresión dada en la entrevista de presentación contribuye al éxito de la candidatura. Los padres no pueden evitar los rechazos, pero sí aliviar las desilusiones.



### CONSEJOS

#### Ensayen la entrevista de presentación

- «¿Por qué te gustaría aprender esta profesión?»
- «¿Qué sabes de esta profesión?»
- «¿Cuáles son tus puntos fuertes y tus puntos débiles?»

#### Qué hacer en caso de rechazo

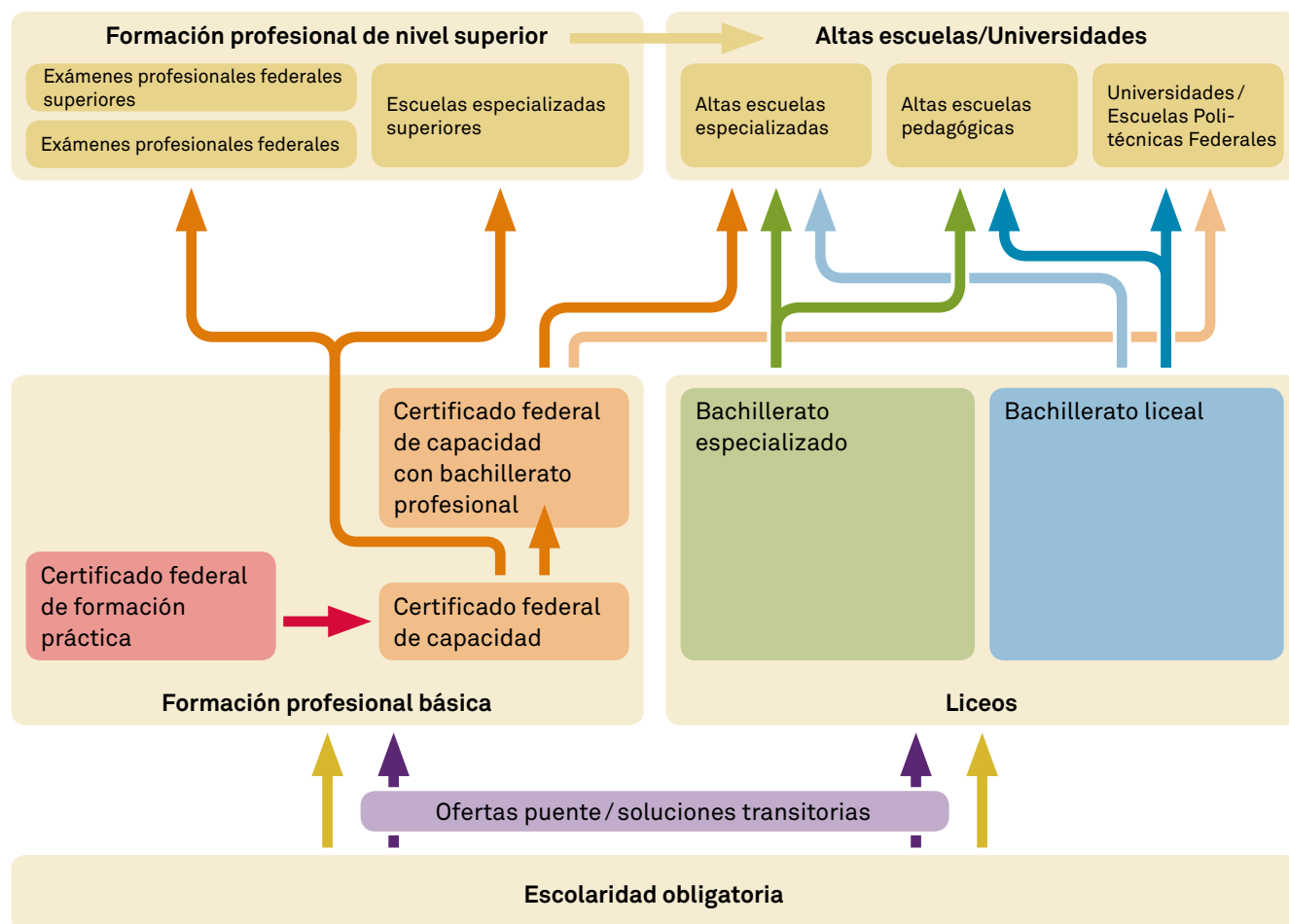
- No se desanimen.
- Muestran a su hijo/a que comparten y comprenden sus sentimientos negativos.
- Busquen juntos soluciones.

#### Consejos para afrontar los rechazos frecuentes

- Pregunten acerca de los motivos del rechazo.
- Apoyen a su hijo/a en las candidaturas siguientes.
- Revisen la documentación de candidatura.
- Pidan ayuda a los profesores o a la orientación profesional.

## El sistema de educación suizo

Al final del período de escolaridad obligatoria, existen diferentes tipos de formación profesional, escolar o académica. Infórmense acerca de las diferentes vías de formación para poder tomar una decisión adecuada junto con su hijo/a. La ilustración muestra las vías frecuentes en el sistema de educación suizo. En casos individuales, también son posibles otras vías.



Las líneas oscuras muestran las vías de formación a las cuales es posible acceder directamente.



En las líneas más claras, se necesitan cualificaciones suplementarias o práctica profesional.

## Impressum

**BERUFSWAHLTAGEBUCH**  
Elternheft Kurzfassung Spanisch

**Autoren** Daniel Jungo, Erwin Egloff **Projektleitung** Bruno Bachmann  
**Herstellung** Katja Iten **Gestaltung** Hansen Typografische Gestaltung, Luzern  
**Illustrationen** Sarah Safu Furrer **Übersetzung** Apostroph Luzern AG, Luzern  
**Bilder Seite 2** © Christoph Hähnel – Fotolia.com; © PeopleImages/www.istockphoto.com  
**Seite 6** Andreas Gerosa, Heini Gubler **Seite 7** © auremar – Fotolia.com

© 2017 Schulverlag plus AG (übersetzte, gekürzte Ausgabe von Art.-Nr. 88646)  
Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt.  
Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.