

Metas del curso:

¡Bienvenido a Cómo volverse su propio defensor! En este curso aprenderá sobre:

- ❖ Los términos relacionados con discapacidades
- ❖ Cómo obtener información sobre su discapacidad y necesidades de facilidades
- ❖ Cómo encontrar carreras de interés
- ❖ El aprendizaje de las leyes y sus derechos legales
- ❖ La fijación de metas
- ❖ La planificación para la escuela y el trabajo

Cuando termine, sabrá más sobre cómo hacer para que le vaya mejor en la escuela y el trabajo.

¡Tenga en cuenta!

Este curso está diseñado para permitirle leer a su propio ritmo. Siempre puede volver y revisar el material si necesita refrescarlo.

Capítulo 3 Carreras

¡Bienvenido! Nuevamente, soy la Srta. Jordan. Repasemos el capítulo juntos.

¿Cómo se llama?

Generalidades:

Tomará decisiones sobre su carrera según sus niveles de interés y destrezas. Después de eso, es importante pensar en el mercado que existe para esa carrera. Quizá deba pensar en tipos de organizaciones, ubicaciones y salarios,

Objetivos de aprendizaje:

- ❖ Defina los términos.
- ❖ Explore las carreras que le interesan.
- ❖ Averigüe qué necesita para poder tomar decisiones sobre su carrera.
- ❖ Averigüe sus puntos fuertes y dificultades relacionadas con las opciones que tiene para su carrera.

- ❖ Averigüe cómo se comparan las carreras que le interesan con lo que debe poder hacer para las opciones de carreras, sus destrezas y el mercado profesional.

¿Cuáles son algunos términos importantes que debería entender relacionados con sus intereses y destrezas profesionales?

Términos relacionados con las carreras

Funciones esenciales: Las *funciones esenciales* son las obligaciones y responsabilidades de un trabajo que una persona debe hacer con o sin facilidades razonables para ser considerada para el puesto.

Trabajo: El *trabajo* es la tarea que hace para poder ganar dinero.

Ocupación: Una ocupación es la actividad que funciona como su primera fuente de ingreso.

Carrera: Una *carrera* es un trabajo o profesión que uno hace por un largo período de la vida, con frecuencia con posibilidades de progreso.

Inventario de carreras de interés: Un inventario de carreras de interés es una herramienta de evaluación usada para dar una perspectiva de los intereses de una persona, para que pueda decidir con mayor facilidad las carreras adecuadas. Un inventario típico de interés le hará preguntas sobre las cosas que le gustan hacer a una persona y ofrecerá una serie de “grupos de carreras” que podrían ser adecuadas según esos intereses.

Criterios de mercado profesional o “Mercado laboral”: El *mercado laboral* es la demanda de empleo que existe en una carrera determinada. En otras palabras, es una medida de disponibilidad laboral.

Condiciones de trabajo Las condiciones de trabajo son el entorno físico en el que trabaja, incluido el espacio real, la calidad de la ventilación, el calor, la luz y el grado de seguridad.

Beneficios relacionados con el empleador: Estos son todos los beneficios proporcionados o puestos a disposición de los empleados por un empleador, incluido el seguro de vida grupal, seguro médico, seguro por discapacidad, licencia por enfermedad, licencia anual, beneficios educativos y pensiones.

La respuesta a la pregunta 1 se encuentra en la página 9.

Veamos qué entendió:

Pregunta 1:

Las “funciones esenciales” de un trabajo son ...

- a) Obligaciones que debe poder hacer con o sin facilidades razonables.
- b) Obligaciones del trabajo que debe poder hacer con o sin facilidades razonables.
- c) Obligaciones del trabajo que hace el supervisor.
- d) Obligaciones del trabajo que no son importantes.

¡Grandioso! Ahora que domina algo de vocabulario nuevo, quiero compartir con usted algunas formas de identificar carreras y las destrezas que requieren.

Encuesta de carreras de interés:

Complete la encuesta de carreras de interés que figura abajo. Esto lo ayudará a pensar en qué tipos de carreras existen que coinciden con sus intereses.

http://www.careerbridge.wa.gov/Survey_Cluster.aspx

Planificación estratégica de carreras:

Comience con un trozo de papel en blanco y escriba lo siguiente.

Según su inventario de interés, una carrera de interés es _____



¿Cuáles son las destrezas (funciones esenciales) necesarias para la carrera _____?
(Si no las sabe, ingrese a la página de Exploración de Carreras de la Oficina de Estadísticas Laborales (Bureau of Labor Statistics Career Exploration).)

<https://www.bls.gov/k12/content/students/careers/career-exploration.htm>

Escriba sus destrezas (funciones esenciales).



¿Cuáles son las destrezas y puntos fuertes que posee?
(Si necesita ayuda aquí, trate de hablar con su trabajador de caso de DVR, maestro o padre/madre).

Escriba sus destrezas y puntos fuertes.



Cómo logrará las destrezas (funciones esenciales) exigidas para esta carrera.

Escriba su respuesta.

(Si sabe que no puede lograr estas destrezas, ignore esta carrera y seleccione otra).

¡Muy buen trabajo!

Cuando pueda identificar los lugares en los que coincidan sus intereses y destrezas, puede comenzar a pensar en cómo comenzar a planificar su carrera.

Si desea más práctica, lea la Guía de planificación estratégica de carreras y haga la Encuesta de carreras. Puede remitirse a la Encuesta de carreras en las **páginas 10 y 11** y a la Guía de planificación estratégica de carreras (adjunto 1 al final del documento)

Inventario de valores de carreras: ¿Nivel de importancia de cada uno?

Comience con un trozo de papel en blanco y escriba lo siguiente.

Placer/Satisfacción que surge de participar en la carrera: Alto, mediano o bajo (seleccione uno)



Ingreso anual – cantidad de dinero que gana en un año: Alto, mediano o bajo (seleccione uno)
Ayudar a los demás mientras participa en su carrera: Alto, mediano o bajo (seleccione uno)



Poder lograr un equilibrio entre tiempo en el trabajo y tiempo con la familia: Alto, mediano o bajo (seleccione uno)



Poder demostrar creatividad en su campo profesional: Alto, mediano o bajo (seleccione uno)



Nivel de responsabilidad confiado a usted en su carrera: Alto, mediano o bajo (seleccione uno)



Grado de variedad de tareas / actividades en su carrera: Alto, mediano o bajo (seleccione uno)



Por favor, tome notas de los tres (3) valores más altos para usted.

¡Excelente!

Cuando pueda identificar los valores de mayor importancia, podrá considerar qué carreras le darán eso a usted.

¿Cuáles fueron los tres (3) valores más altos? Placer, ingreso anual, ayudar a otros, tiempo con la familia, creatividad, responsabilidad, variedad o trabajar con otras personas.

Asegúrese de que su carrera “fantástica” ofrezca *sus* valores.

¡Buen trabajo! Ya casi termina con el Capítulo 3 de Cómo volverse su propio defensor. Las siguientes diapositivas lo ayudarán a revisar los conceptos de este capítulo antes de pasar al siguiente. Y naturalmente, puede volver a este capítulo en cualquier momento si desea repasarlo otra vez.

¡Siga trabajando así!

Revisión de términos:

Haga coincidir los términos de la derecha con la definición correcta de la izquierda.

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1. Evaluación de los intereses de una persona para que pueda decidir las carreras adecuadas. | A. Funciones esenciales |
| 2. El entorno físico en el que usted trabaja. | B. Mercado laboral |
| 3. Las obligaciones de un trabajo que una persona debe poder hacer con o sin facilidades razonables. | C. Inventario de interés |
| 4. La demanda de empleo, disponibilidad de empleo. | D. Condiciones de trabajo |

Las respuestas a la revisión de términos se pueden encontrar en la página 9.

¡Buen trabajo! Es importante que cualquier defensor propio entienda estos términos, en especial cuando comunica su discapacidad a otros.

En un trozo de papel, escriba:

1. ¿Cuáles son dos (2) cosas que aprendió de este capítulo?
2. ¿Cómo será útil esta información nueva en el futuro?

Felicitaciones:

Ya terminó el Capítulo 3 de Cómo volverse su propio defensor. Asegúrese de completar la encuesta correspondiente al Capítulo 3 ubicada en la página de encuestas.

Haga click en el hipervínculo que figura abajo cuando esté listo para completar la encuesta del capítulo 3:

<https://svrirtc.instructure.com/courses/250296/assignments/2528090>

Haga click en el hipervínculo que figura abajo para volver a la página inicial:

<https://svrirtc.instructure.com/courses/250296>

Respuestas

Pregunta 1: La respuesta correcta es ... **a)**.

Las "funciones esenciales" de un trabajo son obligaciones que debe poder hacer con o sin facilidades razonables.

¡Felicitaciones por haber contestado bien!

Revisión de términos:

Evaluación de los intereses de una persona, para que pueda decidir las carreras adecuadas.

La respuesta correcta es **Inventario de interés**.

El entorno físico en el que usted trabaja.

La respuesta correcta es **Condiciones de trabajo**.

Las obligaciones de un trabajo que una persona debe poder hacer con o sin facilidades razonables.

La respuesta correcta es **Funciones esenciales**.

La demanda de empleo, disponibilidad de empleo.

La respuesta correcta es **Mercado laboral**.

¡Excelente!

Mi encuesta de carrera

Propósito: Muchos alumnos de escuela secundaria/preparatoria no tienen idea de qué tipo de carrera quieren seguir. Sin embargo, hay muchos factores de la vida que pueden ayudar a una persona a descubrir qué carrera le interesa. Esta encuesta explora los diferentes factores de la vida de un alumno y lo ayuda a elegir opciones de carreras.

Instrucciones: Determine los tipos de carreras que quizá le gusten según los diferentes factores de su vida y elija tres carreras a tener en cuenta en su Guía de planificación estratégica de carreras. Si necesita más orientación sobre cómo decidir qué le interesa, ingrese al sitio web:

[.http://www.going-to-college.org/myplace/interests](http://www.going-to-college.org/myplace/interests)

Factores de la vida Ejemplo	Opciones de carreras	Opciones de carreras de interés
Pasatiempos <i>Montar a caballo</i>	<i>Veterinario</i> <i>Asistente de veterinario</i> <i>Asistente de establo</i>	<i>Asistente de veterinario</i>
Actividades extracurriculares		
Carreras de los padres		
Carreras de otros parientes		
Carreras que se presentan en los programas de televisión favoritos		
Carreras de otras personas de la comunidad que usted admira		
Sugerencias de los instructores		
Trabajos o experiencias laborales previas		
Carreras sugeridas después de hacer inventarios de interés-ver al consejero o instructor de la escuela sobre hacer un inventario de interés		
Carreras sugeridas por otros cursos de planificación de carreras		
Acompañamientos laborales (Job Shadows)-- Ver al consejero o instructor de la escuela sobre hacer algún acompañamiento laboral en sus áreas de interés		
Ferías de trabajo		
Pasatiempos		
Aprendizaje de servicio		
*Registre sus tres opciones e inclúyalas en su Guía de planificación estratégica de carreras		
#1	#2	#3

Si desea más información sobre diferentes carreras, revise las carreras en los siguientes sitios web:

- <http://www.bls.gov/oco/> Ver instrucciones.
- <http://wiscareers.wisc.edu> El instructor le proporcionará información para iniciar sesión.
- <http://www.careeronestop.org> Tiene algunos buenos videos sobre diferentes carreras.

Guía de planificación estratégica de carreras

1	¿He determinado qué carrera me interesa? SI NO ES ASÍ ●Completar mi encuesta de carrera	Interés en carrera No. 1	Interés en carrera No. 2	Interés en carrera No. 3
2	¿Conozco las destrezas necesarias para la carrera que me interesa? SI NO ES ASÍ ●Revise la carrera que le interesa en el sitio web del Departamento de Trabajo www.bls.gov/k12/ Ver instrucciones	Destrezas (funciones esenciales) necesarias	Destrezas (funciones esenciales) necesarias	Destrezas (funciones esenciales) necesarias
3	¿Conozco mi nivel de destreza y mis puntos fuertes? SI NO ES ASÍ ●Revise las notas, los logros durante la escuela secundaria y el Análisis de destrezas y facilidades para el trabajo (Work Skills and Accommodations Analysis)— Assignment2.15E	Destrezas que tengo	Destrezas que tengo	Destrezas que tengo

4	¿Puedo lograr las destrezas que necesito para la carrera que elegí? SI NO ES ASÍ ●Descartar como opción de carrera	¿Cómo lograré las destrezas o las funciones esenciales?	¿Cómo lograré las destrezas o las funciones esenciales?	¿Cómo lograré las destrezas o las funciones esenciales?

Adjunto 1 – Capítulo 3 - Carreras