



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
DE AGUASCALIENTES



DGSE  
Dirección General de Servicios Educativos

# INTERESES PROFESIONALES Y LABORALES





## PRESENTACIÓN

La Orientación Educativa en la Universidad Autónoma de Aguascalientes es un proceso de ayuda continuo y sistemático, dirigido a los estudiantes y cuyo propósito es desarrollar las capacidades básicas que impacten en su desarrollo profesional, mediante estrategias educativas para examinar aspectos personales, académicos y profesionales, al prever problemáticas de aprendizaje.

Se ha elaborado esta edición de cuadernillos didácticos, con la finalidad de que coadyuven en la formación integral de los universitarios. Aprovecha ese esfuerzo institucional que se inserta dentro de los lineamientos que buscan favorecer la formación académica, personal/social y profesional de los estudiantes.

Finalmente, una última recomendación será el que reflexiones sobre el contenido de estas ediciones especiales y las aproveches en el proceso de tu formación universitaria. Los éxitos académicos se dan gracias a los esfuerzos personales de los propios universitarios.

## CONTENIDO

- Intereses Profesionales Laborales ..... 4
  - Niveles de interés..... 4
- Conociéndome Mejor ..... 5
- ¿Cómo Detectar mis intereses? ..... 7
- Revisa tus intereses..... 8
- ¿Cómo identificar mis intereses laborales? ..... 11
- Fuentes de información..... 13

## INTERESES PROFESIONALES Y LABORALES

Cuántas veces has escuchado la expresión: ¡No sé bien lo que me gusta!, ¡Nada me resulta interesante!, ¡Me gustan demasiadas cosas que no sé cuál me gusta más!, todo esto originado por no tener claros los propios intereses. Comencemos por saber *¿Que es el interés?*

El interés se distingue por algo que te produce curiosidad y le atribuyes una importancia mayor que al resto de las cosas. El gusto produce placer, entretención y reconforta realizarlo.

Así mismo, es la inclinación o preferencia que manifiesta una persona por algo específico.

Los intereses se manifiestan con un tono emocional positivo y con un deseo de conocer más profundamente el objeto. Obligan a la persona a buscar activamente caminos y medios para satisfacer “ansias de conocimiento y saber”.



## NIVELES DE INTERÉS

Los intereses los podemos expresar en tres niveles:

- Rechazos: Te niegas a realizarlos y siempre los postergas o los dejas para última hora.
- Intereses medios: Son intereses que luego de incursionar en ellos y realizarlos no vas más allá, se expresan comúnmente como: “Sí me gusta, pero no tanto como para dedicarle la vida a esto”.
- Altos Intereses: Es lo que inspira, genera energía, se logra concentración, es decir nada te distrae. Se expresa como “me conecto con esto, se me va el tiempo sin notarlo”.

### ***Pero... ¿Y qué son los intereses profesionales?***

Los intereses profesionales son las actividades profesionales para las que se tiene predisposición según las preferencias personales.



### **¿Por qué es importante identificar tus intereses profesionales?**

Conocer la predisposición para unas actividades profesionales en concreto permite marcarse un punto de partida para explorar las oportunidades laborales que más encajan con las propias inquietudes.

### **¿Cómo conocer mis intereses profesionales y laborales?**

Cada persona tiene gustos y preferencias sobre diversos trabajos y actividades. Unos prefieren realizar acciones de ayuda a los demás, otros tienen preferencia por las tareas manuales o por el trabajo con máquinas, mientras que a otras personas les pueden gustar más las actividades relacionadas con el mundo del arte, el mundo científico, etc.

Para poder identificar tus intereses profesionales hay que tener claros tres conceptos diferentes:

- **VOCACIÓN:** Es el llamado que tienes desde tu interior para ejercer determinadas actividades.
- **OCUPACIÓN:** Es el lugar que ocuparás en el mundo, o el sitio que deberás construir para ejercer lo que tanto te gusta.
- **PROFESIÓN:** Es la conexión que te permite fusionar la Vocación con la Ocupación, aquella especialidad que te permite llevar a cabo las actividades que te gustan en el momento exacto, en el lugar propicio y el entorno adecuado para ti.



## **CONOCIÉNDOME MEJOR**

En el siguiente cuadro encontrarás una serie de preguntas que te ayudarán a identificar cuáles son tus intereses, analiza detalladamente cada una de ellas y responde de la manera más honesta.

<p><b>¿Qué me gusta?</b> (Observa las características personales puntuales como actividades de agrado, cosas que te llaman la atención, lo que te entretiene, o te agrada)</p>	
<p><b>¿Qué me gusta del mundo?</b> (Es momento de preguntarte, ¿Me gusta el ser humano en cuanto a su fisiología, mente, espiritualidad, todo lo que tenga que ver con sus relaciones? ¿Me gusta la naturaleza, los árboles, plantas, agua, composición del aire? ¿Me interesa todo lo que ha sido construido por el hombre como cultivos, ropa, diseño textil, sistemas informáticos, arte, etc.?)</p>	
<p><b>¿Para qué lo hago?</b> (¿Por la necesidad de saber? Conocer cada vez más me genera un gran estímulo, ¿Quiero demostrar mis habilidades, sentimientos? En pocas palabras, me gusta expresarme, ¿Quiero dirigir? Me gusta llevar a un grupo de gente hacia un proyecto en común, coordinar trabajos, etc., ¿Te gusta servir? Todo lo que realizas lo haces en bien de la sociedad)</p>	
<p><b>¿Dónde quiero estar?</b> (Conocer las formas de proceder, trabajar bajo procedimientos establecidos; de manera jerárquica, les atrae crecer dentro de una jerarquía funcional, les gusta la idea de ser jefes, gerentes, etc.; a través de la competencia, buscan sentirse el más hábil y se comparan con el resto para demostrar que tienen los mejores resultados; en lugares abiertos o cerrados, se sienten cómodos en un escritorio o al contrario, al aire libre; con gente o sin gente, muestran gusto por trabajar en equipo, o, aquellas personas que gustan de trabajar solas, ya que si hay un grupo de gente se desconcentran)</p>	

## CÓMO DETECTAR MIS INTERESES



Una forma para detectar tus intereses puede ser a través de la observación de características personales puntuales como actividades de agrado, cosas que te llaman la atención, lo que te entretiene, etc, y no pensando en una carrera en específico, ni en factores de conveniencia.

Al considerar tus gustos no debes pensar solamente en asignaturas académicas, o hobbies bien conformados, sino también en aspectos que al parecer son más insignificantes, o detalles.

Pueden ser observaciones en cuanto a una actividad, pensamientos, tipos de lectura, tipos de ambiente, etc, hasta lo que te pueda parecer más insignificante.

Cuando algo te agrade, trata de precisar en qué aspecto te agrada.

Por ejemplo:

-“Me llama mucho la atención observar las hojas y flores de las plantas”

Pueden agradarte en su aspecto estético, por sus colores, la belleza de sus formas y texturas o más que nada en el aspecto biológico por sus características estructurales, por el tipo de planta, por lo que tiene en común con otras plantas (familia de plantas a que pertenece), por sus propiedades medicinales, por saber el tipo de suelo en que crecen, etc. Estos son dos aspectos diferentes por los que te puede llamar la atención.

### *Registra tus intereses*

Comienza por anotarlos en columnas separadas, cosas que llaman más tu atención que otras y lo que no te gusta (rechazos), deja de lado lo que te es indiferente.

Procura que la anotación sea directa al sentir, es decir, no te preocupes mucho por la redacción, sino más bien en plasmarlo como lo sientes. Al acumularse y leerlas es posible detectar más fácilmente los gustos hacia los cuales te inclinas o los aspectos que tienes mayor afinidad.



### *Analiza tus actividades*

De las actividades que te gusta realizar, fíjate qué aspecto de cada una de ellas es lo que te gusta.

Una vez que te hayas dado cuenta qué actividades te agradan o te agradaría realizar, debes analizarlas, pues no basta con saber cuáles son, porque estas pueden ser muy variadas y al parecer de distinto tipo.

Por esto debes descubrir qué aspecto es lo que te agrada en cada una de ellas y te darás cuenta que tú buscas lo mismo en distintos tipos de actividades.

## REVISA TUS INTERESES

Debemos de analizar por qué te interesa determinada cosa o situación.

Hay que considerar que podría tratarse de un interés producto de las circunstancias.

Ejemplo:

“Me gusta Historia con este profe porque es súper entretenido, va como contando un cuento”

De ser así, debes observar si este agrado se expresa también en otras circunstancias, como que te llame la atención los artículos de estos temas que encuentras en revistas, o cuando alguien toma este tipo de temas en una conversación, o indagar por tu cuenta aspectos que no han sido tratados en clase, etc., si no es así te podría suceder como a algunos que han seguido la carrera motivados por las clases de un profesor y después al seguir la carrera el interés desaparece.

### *Motivos Circunstanciales*





Si te produce dolor rechazarlo, entonces puede deberse a que es un gusto que ha sido dañado o frustrado, en ese caso la situación debiera ser reenforcada y superada para poder retomar este gusto tuyo.

Ejemplo:

“Siempre me gustó ser la tesorera del curso, me gustaba llevar el registro de todo, ordenar el dinero para lo que será destinado, los ingresos, etc, pero una vez me gasté un dinero que no pude después reponer, todo el mundo lo supo, así que desde esa vez no quiero saber nada con este tipo de cosas.”

## *Rechazos Dolorosos*



NO!

La aptitud nos puede llevar a confundir nuestros intereses.

Por ejemplo hay estudiantes que dicen gustarle las matemáticas por el hecho que les va bien. Claro, a quién no le gusta algo que refuerce su autoestima, pero el gusto verdadero sería la entretención y curiosidad que le produce la matemática misma y no por lo que va a conseguir a través de ella, sea lo que sea.

Lo que diferencia a un interés por la disciplina misma y la motivación por expresar una habilidad, es si existe la curiosidad de esta disciplina en la vida diaria.

Por ejemplo:

Si crees que tienes interés por la física, entonces observa si al estar frente a una construcción, es común que te fijes en la relación de fuerzas que se ejercen en su estructura física.

Es importante dejar claro que los intereses no tienen relación alguna con factores como: la conveniencia, la imagen, el status, las necesidades de aceptación, el reconocimiento, la solución de algún problema, el ambiente que rodea al trabajo, etc.

Es decir nada ajeno a la curiosidad y entretención que le produce el trabajo mismo del que dice tener interés, ni nada que vaya a conseguir a través de él.

## *Equivocación en el Objeto de interés*



Puede suceder que tengas interés por tener todo tipo de conocimientos porque en ello radica un valor para ti es decir valoras el conocimiento en sí o puedes tener tu autoestima asociada al reconocimiento de un buen desempeño en una gran gama de labores. Pero no por todos esos tipos de conocimientos sientes la misma curiosidad y nivel de agrado en obtener.

## *Interés por Muchos Tipos de Conocimiento*



Es importante destacar que el interés o gusto debe ser por el desarrollo de la disciplina y no solamente por los resultados de ésta. Por ejemplo, puede que me llame la mayor atención e interés conocer los últimos avances en genética, pero resulta que a mí nunca me ha llamado la atención la biología; lo que equivale a que no soy una creador respecto de esta disciplina sino sólo un “consumidor” de ella.

Es decir, “a todos nos gusta la comida pero no a todos nos gusta hacerla”.

Un Interés como “Objeto de Tránsito” hacia otra cosa, y no como “Fin Último”. A veces el gusto por algo es sólo un tránsito hacia lo que verdaderamente te interesa.

Por ejemplo:

Le interesa el inglés porque eso le permite abrirse un horizonte hacia una mayor y mejor información tecnológica, que es lo que realmente le interesa. En este caso el inglés es un medio y no un fin. Por lo tanto lo que realmente le interesa es la tecnología y no el inglés. El interés real por el inglés debería ser la curiosidad por el vocabulario, su estructuración, la fonética, etc. que lo encuentre entretenido y llame su atención en sí mismo.

Podrían existir ambos motivos y quizás muchos más, pero lo importante es que esté presente el gusto por el inglés mismo.

## *Equivocación en el Objeto de interés*

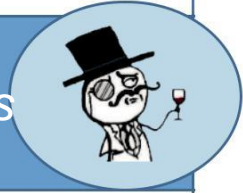


A veces nos atrae una actividad o profesión no por un interés en el trabajo mismo sino por la imagen que nosotros proyectaríamos a los demás con ella.

Ponlo a prueba... Imagina que ese trabajo lo realizarás sin que nadie llegue a enterarse de que eres tú el que lo realiza, ¿Te seguiría gustando?

O si te gusta el glamour que rodea a un determinado trabajo. Imagina que ese ambiente cambia, ¿Aun así mantendrías gusto por él?

## *Persecución de Imágenes*



## **¿CÓMO IDENTIFICAR MIS INTERESES LABORALES?**

Tus intereses laborales van sumamente relacionados con tus intereses profesionales, puesto que ellos te ayudarán a tener una mayor claridad sobre lo que te gusta y lo que quieres ser.

A continuación, se te muestran una serie de preguntas que te orientarán a tener una mayor claridad sobre tus intereses laborales, respóndelas honestamente.

- ¿Cuáles son mis estudios profesionales?

---

---

- ¿A dónde quiero llegar?

---

---

- ¿Dónde me gustaría trabajar?

---

---

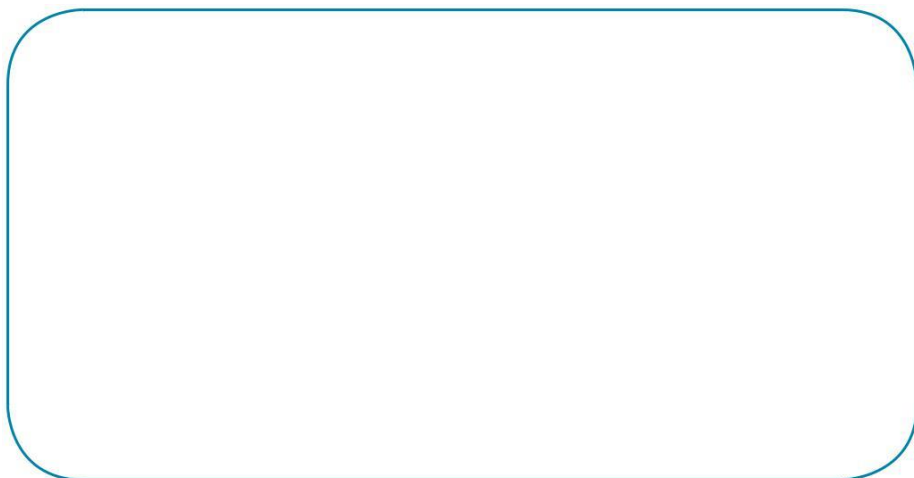
- ¿Qué funciones me gustaría desempeñar?

---

---



**Expresa brevemente tus conclusiones**



**FUENTES DE INFORMACIÓN**

- Conoce tus intereses profesionales. Psycotec Consultores. Recuperado en junio 2015 en <http://junior.dicapnet.es/FichasDidacticas/Orientacion/TomaDecisiones/Conocete/Paginas/Conocete03.aspx>
- Descubriendo intereses. Perfiles Profesionales, Orientación Vocacional, Vocación vs Carrera. Recuperado en junio 2015 en <http://www.mi-carrera.com/>
- Pasos para investigar tus intereses profesionales. Royalty Workers Consultores de Desarrollo Profesional. Recuperado en junio 2015 en <http://www.royaltyworkers.com/web/orientacion-profesional/investiga-tus-intereses-profesionales.html>



SE  
LUMEN  
PROFERRE