**Recursos para autoorientarse vocacionalmente #YoMeOrientoEnCasa**

La tarea de autoorientarse mediante búsquedas en internet es una buena idea pero no es nada fácil, pues la cantidad de recursos que nos encontramos en la red es infinita. Por ello corremos el riesgo de intoxicarnos con excesiva información y hacer uso de páginas y webs con información poco rigurosa, sobre todo si no somos críticos a la hora de seleccionarlas.

Los recursos seleccionados tienen en común las **siguientes características:**

1. **Son abiertos y gratuitos**. Aunque algunas webs exigen registrarse con un correo electrónico no se exige ningún cobro una vez registrados.

2. **Están actualizados.** Hay algunas excepciones pero prácticamente todas las webs seleccionadas contienen recursos e información actualizada según nuestro sistema educativo.

3. **Están probados y experimentados por orientadores/as.** Todos los recursos y webs seleccionados han sido revisados y probados por orientadores/as.

**¿Qué pasos tengo que dar para autoorientarme?**

En tu proceso personal de orientación vocacional, si quieres que sea reflexionado, deberás seguir las siguientes fases..

**1ª Fase. CONÓCETE A TI MISMO/A:**

* Conoce tus aptitudes, tus habilidades y capacidades, tus aficiones, tus rasgos de personalidad, tus intereses profesionales, tus valores.
* Reflexiona sobre tu motivación, planteándote si quieres hacer unos estudios más largos (grados y másteres) o cortos y prácticos (por ejemplo estudios de FP).
* Investígate a ti mismo/a, autoanalízate y **haz un listado de tus características personales y de tus puntos fuertes**. Eso te ayudará a centrar la búsqueda de información.

**2ª Fase. INFÓRMATE:**

* Investiga todas las opciones, estudia la oferta, empieza por aquellos estudios que están más relacionados con tu formación previa y con tus características (analizadas en el paso anterior), algo que debes tener en cuenta si quieres tener éxito en lo que estudies.
* **Haz una lista de aquellos estudios que más te pueden interesar**, posteriormente analiza su plan de estudios y sus salidas profesionales.
* Localiza esos estudios, busca los centros donde puedes hacerlos.

**3ª Fase. DECIDE:**

* Pon en orden de prioridad los estudios de la lista que has elaborado en la fase anterior. **Elabora una tabla con tres columnas: estudios que me interesan, ventajas y desventajas (Duración, dificultad, el coste, si tienes que desplazarte, las posibilidades de acceso, si requieren idiomas, las salidas laborales, ...).**
* **Reflexiona sobre los factores que van a influir en tu decisión** como por ejemplo tus posibilidades económicas, las vías de acceso a esos estudios, los estereotipos de género para determinadas profesiones, la presión familiar o de amistades, etc.
* Por último **selecciona aquellos estudios en los que has encontrado más ventajas y ordénalos por orden de prioridad, ese será tu objetivo vocacional. Esfuérzate por conseguirlo.**

A continuación te presento la lista de algunos recursos esenciales que pueden ayudarte a la hora de elaborar tu proyecto vocacional.

**RECURSOS ABIERTOS PARA DESARROLLAR EL AUTOCONOCIMIENTO:**

* Programa Orienta: (Guía y test)

<http://iesmariamoliner.centros.educa.jcyl.es/>

Una vez entres en la web del instituto, la ruta a seguir es la siguiente: departamento de orientación-programa ORIENTA

* Selección de vídeos para desarrollar el autoconocimiento vocacional (Vídeos):

<https://monicadizorienta.blogspot.com/2020/02/seleccion-de-videos-para-desarrollar-el.html>

* Tu Estrella Polar (Test):

<http://testorientacion.uchceu.es/>

* Wikigrado (App,vídeo, test):

<https://wikigrado.com/>

* DEGREE ADVISOR de JobLab (Test):

<https://www.ceu.es/joblab/>

* YOU ROCK. Discover your future (Test y guía):

<http://yourock.jobs/es>

* Mywaypass (Plataforma de orientación)

<https://www.mywaypass.com/index.php/auth/register>

* Test de Intereses profesionales:

<http://w28.bcn.cat/___ch___/_pit/_app.php?gAppId=pit&gInterfaceLanguage=es&gEnvironment=singleWeb>

* Test GR El Gran Recorrido de Educaweb (Test)

<https://www.educaweb.com/orientacion/intereses-profesionales/>

* IIVVO Conectamos tu futuro (TesT:

<https://www.iivvo.com/>

* Elegir carrera (Test):

<https://www.elegircarrera.net/test-vocacional.aspx>

* Qué vas a estudiar (Test)

<http://quevasaestudiar.com/test-vocacional/test_01.php>

* No sé qué estudiar (Portal y test):

<https://www.nosequeestudiar.net/>

* Elige Carrera (Portal y Test):

<https://www.eligecarrera.cl/2019_aspx/contenido/Que_Puedo_Estudiar.aspx>

* Orientación profesional (Test)

<http://www.aplicaciones.info/utiles/oprofe.htm>

* App Vocacional (App y test):

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.proyectosfred.appv&showAllReviews=true>

**Para los que se plantean cursar Formación Profesional:**

* Programa para elegir FP FPBide (Guía y test)

<http://fpbide.com/es/>

* Nora (Herramienta para encontrar mi camino en la FP). Guía y test

<http://nora.educacion.navarra.es/>

* Conoce tus habilidades (Guía y test)

<http://www.todofp.es/orientacion-profesional/itinerarios-formativos-profesionales/conoce-tus-habilidades.htm>

* TodoFP.es. Qué, cómo y dónde estudiar (MEFP). (Portal web y buscador9

<http://todofp.es/que-como-y-donde-estudiar.html>

* Descubre la FP (Fundación Atresmedia y Mapfre)

<https://www.descubrelafp.org/informate/>

* FP en Castilla y León

<https://www.educa.jcyl.es/fp/es>

**RECURSOS ABIERTOS PARA SELECCIONAR LA INFORMACIÓN ACADÉMICA:**

* QEDU Qué estudiar y dónde (MEFP) (Guía y buscador)

<https://www.educacion.gob.es/notasdecorte/compBdDo>

* Guía Uniscopio: Plataforma digital de orientación al estudiante (Portal web y buscador).

<https://uniscopio.com/>

* Elige tu grado (Portal web y buscador):

<https://eligetugrado.es/inicio/>

* Y ahora qué. ¿Decidiendo qué y dónde estudiar? (Portal web y buscador):

<https://yaq.es/>

* Diccionario de profesiones de Educaweb (Guía):

<https://www.educaweb.com/profesiones/>

* Ibercaja orienta. Pon en marcha tu futuro.(Guía)

<https://orienta.ibercaja.es/>

* Elige profesión sin restricciones de género (Guía, buscador y test)

<http://www.eligeprofesion.org/pro_001.asp?ipag=1>

* QDQ-QDC. Guía de Estudios Superiores (Guía)

<https://queduquequeducuando.blogspot.com/p/guiaestudiossuperioresqdqqdc.html>

* Lo que quiero estudiar (Buscador y App)

<http://www.loquequieroestudiar.es/>

* ¿Qué necesito saber? infórmate. Guías de orientación para Bachillerato en Centros de Castilla y León.

<https://www.apoecyl.org/recursos-orientacion/item/informate-guia-de-bachillerato-en-centros-de-castilla-y-leon>

* Notas de corte. Descubre si tu calificación es suficiente para entrar en el grado y la universidad que quieres. (EL PAÍS) (Buscador)

<https://elpais.com/especiales/universidades/>

* Avanza en tu carrera (Guía y buscador)

<https://www.avanzaentucarrera.com/>

* Guía de salidas profesionales de los grados (Granada). Guía.

<http://empleo2.ugr.es/salidasprofesionales/grados/>

* Cuenta de Instagram: directos y publicaciones con información sobre cómo planificarse y preguntas o dudas a gente que está cursando estudios universitarios.

Yoteayudocolasele

* Consultorio preuniversitario con webinars sobre diferentes grados universitarios.

<http://www.fue.es/miratecuento/index.asp>

**RECURSOS ABIERTOS PARA EL ACOMPAÑAMIENTO EN LA TOMA DE DECISIONES:**

* Las 10 formas de elegir mal los estudios una o más veces (Yoriento).Blog

<https://yoriento.com/2007/06/10-formas-de-elegir-mal-estudios-profesiones-carrera-orientacion-profesional.html/>

* Cómo elegir una carrera que te encante (YAQ.es). Reportaje

<https://yaq.es/reportajes/elegir-carrera>

**RECURSOS ABIERTOS PARA PADRES Y MADRES:**

* ¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo? Manual práctico para padres. (Guía)

<http://orientaratuhijo.com/>