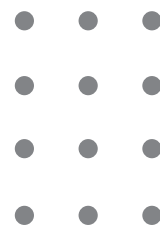


Manual Práctico de **ELECCIÓN VOCACIONAL**

GUÍA PARA EL ACOMPAÑAMIENTO EN TODAS LAS ETAPAS DE LA VIDA



Varisco Puerta, Lara

Manual práctico de elección vocacional : guía para el acompañamiento en todas las etapas de la vida / Lara Varisco Puerta. - 1a ed.

- Villa Adelina : Neuroaprendizaje Infantil, 2026.

108 p. ; 24 x 19 cm.

ISBN 978-631-6753-03-8

1. Orientación Vocacional . I. Título.

CDD 371.425

© Los autores y Editorial Neuroaprendizaje Infantil

Diseño y maquetación: Andrea Priscal

Ilustración de tapa: Andrea Priscal

ISBN 978-631-6753-03-8

Edita e Imprime: Neuroaprendizaje Infantil

Distribuye: Neuroaprendizaje Infantil

E-mail: info@neuroaprendizajeinfantil.com

<http://www.neuroaprendizajeinfantil.com>

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, y otros medios, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright. Reservados todos los derechos.

ISBN 978-631-6753-03-8



**Neuroaprendizaje
Infantil** EDITORIAL



“Sueño con pintar y
luego pinto mis sueños”
Vincent Van Gogh



Si este libro está en tus manos, es porque en algún punto de tu camino decidiste buscar sentido.

Este libro nace de mi propio andar, de los momentos en que tuve que detenerme, dudar, soltar y volver a empezar.

De descubrir que la vocación no se impone: se revela cuando nos atrevemos a actuar desde lo más genuino.

A todos los que están buscando su rumbo, a quienes sienten que la libertad es un viaje interior más que una meta, les entrego estas páginas como un gesto de acompañamiento.

*Que encuentres en ellas un recordatorio:
la libertad se elige, incluso en medio de lo incierto.*





CONTENIDO

● Paso a paso	9
● Desafíos	13
● Aprender a elegir	15
● Lo vocacional	21
● Más que preguntas	27
● Sentido de vida	33
● Puedo ser todo, pero no sé qué quiero	35
● El deseo de sentido	37
● Autobiografía	39
● Mi historia en objetos	41
● Yo y mi futuro	43
● Carta al futuro: vocación de perspectiva	45
● ¿Qué ves cuando me ves?	49
● Zona de confort	51
● Motivación	55
● Cree en ti mismo	57
● Sueños	61
● Mapas mentales	69
● Tres fragmentos	73
● Creatividad	75
● ¡Sé tu propio <i>influencer</i> !	77
● Mi brújula interna	79
● Brújula moral	85
● Imaginería Walt Disney	87
● Árbol genealógico vocacional	89

● Mis valores	91
● Mis aptitudes	97
● Mis intereses	101
● Crea tu buyer persona vocacional	107
● Emprender	113
● Momento de investigar	115
● Plan de estudios	117
● ¿Qué carreras son las que luego de recibirme debo obtener matrícula?	121
● Comienzo a estudiar una carrera universitaria... ¿Y ahora qué hago?	127
● Potencia tu concentración a través de la música	131
● Hábitos saludables que favorecen en nuestro aprendizaje	135
● Preguntas para entrevistar	141
● Mi frase	145
● Biografía	149



GUÍA PARA EL ACOMPañAMIENTO VOCACIONAL EN TODAS LAS ETAPAS DE LA VIDA

“Manual práctico de elección vocacional” es una propuesta renovada y ampliada que ofrece herramientas teóricas y prácticas para profesionales que se desempeñan en el ámbito clínico, brindando acompañamiento vocacional y ocupacional a lo largo del ciclo vital.

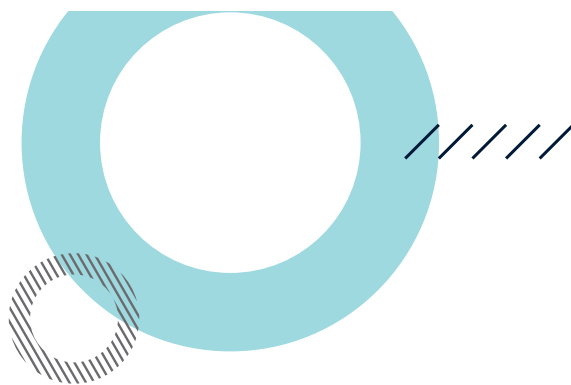
Dirigido especialmente a psicopedagogos, psicólogos, orientadores y otros profesionales del campo de la salud y la educación, este libro proporciona estrategias de intervención aplicables tanto en procesos de orientación vocacional con adolescentes que transitan su último año de secundaria, como en instancias de reorientación vocacional, reinserción laboral y acompañamiento en la etapa de la jubilación.

El material incorpora recursos inclusivos, actividades exploratorias, propuestas lúdicas y reflexivas, además de un enfoque contemporáneo que reconoce la diversidad de trayectorias, contextos y subjetividades. Cada capítulo invita a repensar el proceso de elección como un derecho, una construcción activa y un espacio de escucha y descubrimiento.

En su versión actualizada, “Manual práctico de elección vocacional” se consolida como una guía integral para el trabajo clínico vocacional, promoviendo decisiones conscientes, flexibles y significativas en distintos momentos de la vida.







PASO A PASO

1

Vos sos el
PROTAGONISTA



2

TIEMPO

Tomate el tiempo que necesites. Si hay algo que no comprendes, busca información complementaria para profundizar las actividades.



3

CONCENTRACIÓN



4

COMPARTIR

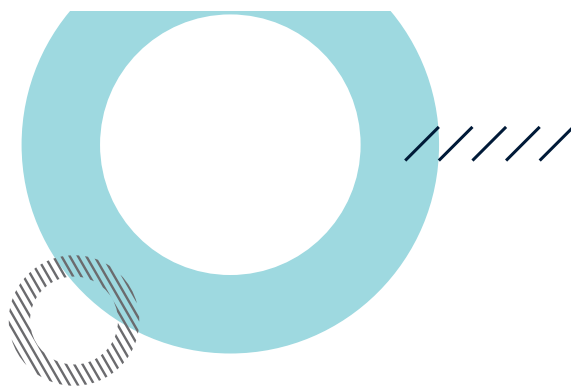
Si quieres puedes compartir las ideas que van surgiendo a medida que avanzas con tu familia, amigos, con profesionales.

Esto quizás te haga bien y te sirva para profundizar y enriquecer tu proceso.



deseo
autenticidad
incertidumbre
hiperexigencia
elección
adolescencia





DESAFÍOS

Los desafíos de la adolescencia

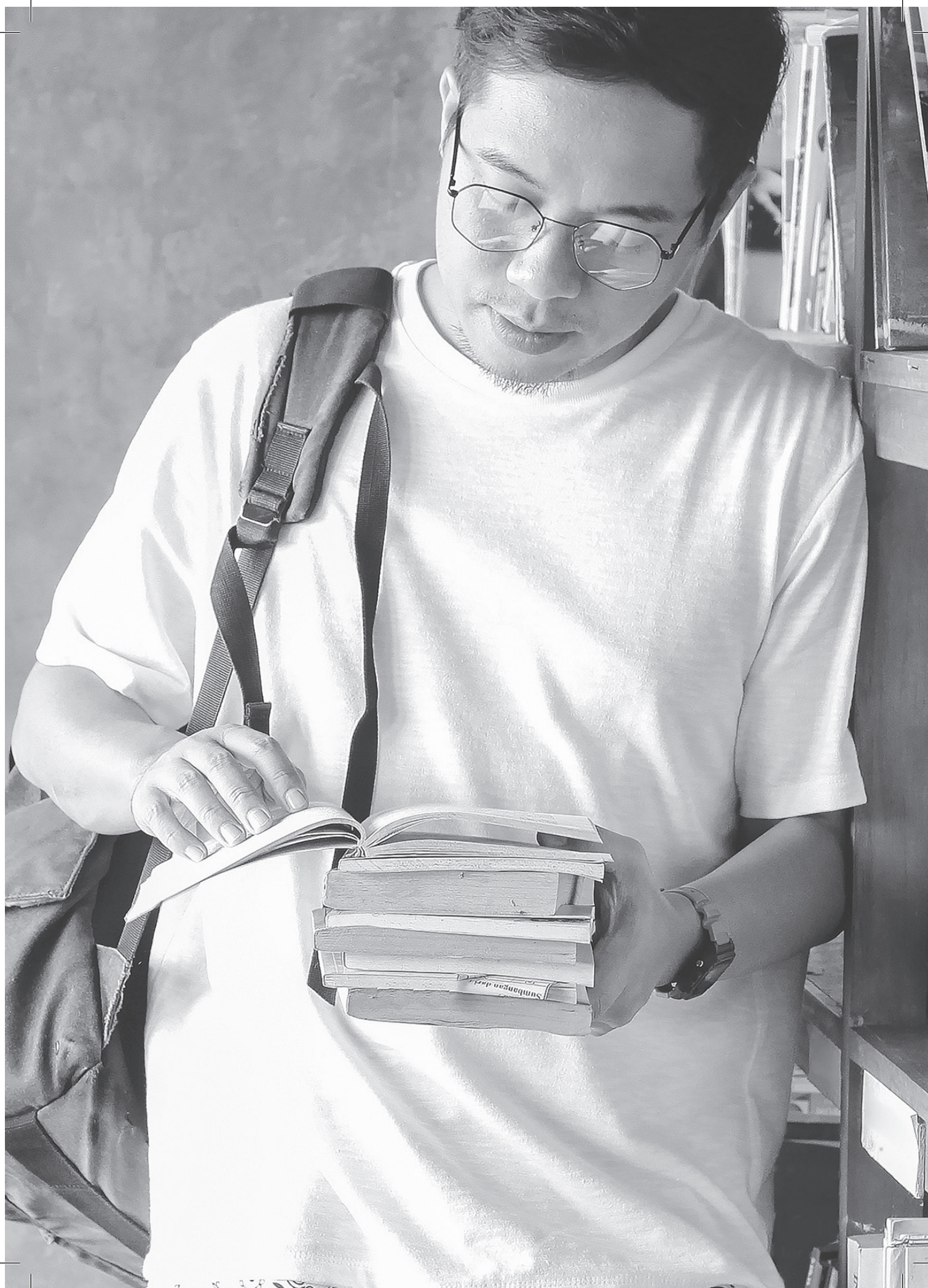
Entre la incertidumbre, la hiperexigencia y el deseo de autenticidad.

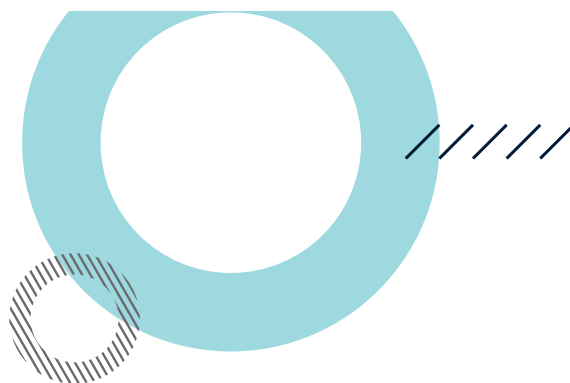
Todo avanza y cambia tan rápido: "¿Cómo se elige cuando todo esto es así y se vivencia intensamente.

Esa es una de las preguntas que más resuena en los adolescentes de hoy.

Llevo muchos años trabajando con adolescentes y me encanta. La elección vocacional, lejos de ser un momento puntual, es un proceso que ocurre en un contexto atravesado por tensiones nuevas y antiguas: velocidad, inseguridad, modelos de éxito, expectativas familiares y una necesidad urgente de autenticidad. Las redes sociales han intensificado todo esto de una forma que a veces el adolescente tiene dificultades para distinguir si lo que está viendo, ya sea en un *reel* o canal, plataforma, etc., es real. Es aquí en donde todo se torna dudoso, los deseos, las expectativas y las exigencias llegan a un nivel tan alto que la ansiedad toma protagonismo y en el camino se pierde el disfrute y verdadero placer del ser estudiante y todo lo que conlleva.







APRENDER A ELEGIR

Sabemos que elegir no siempre resulta fácil. Depende de lo que tengamos que elegir; cuanto más importante es, más difícil se hace; pero no te preocupes, ya que juntos encontraremos una respuesta.

Elegir es un **arte** que se relaciona con el ejercicio de la libertad y mientras se elige, van surgiendo muchas sensaciones.

Elegir requiere ser uno mismo

Requiere pensar... pensar en aquello por lo que se opta, pero también en aquello que se deja.

Elegir es un **proceso**, ya que se trata de un recorrido inacabado, a través del cual el sujeto busca, reconoce y muchas veces encuentra, dentro de la variedad de objetos existentes, algunos con los que establece vínculos singulares. Logra recortar alguno/s entre otros, lo/s elige, lo/s escoge como propio/s y establece con él/ellos una relación singular. El proceso de elegir supone una configuración particular del tiempo entre pasado, presente y futuro.

Elegir es, además de un proceso, un **acto** expresado en la toma de decisiones a través de la cual el sujeto selecciona uno o varios objetos con los que establece un vínculo particular, esperando obtener algún tipo de satisfacción.

Quizás en este momento te encuentres con una cantidad de dudas, pensamientos y preguntas sobre tu futuro, que van apareciendo de manera desordenada, y que no sepas por dónde empezar.

