



Decàleg de l'orientació

10 idees clarificadorres del què ens cal saber i del què està a les nostres mans

Família, entorn i context

L'actitud familiar i el tipus de relacions que establim amb els nostres fills i filles, determina la seva forma de viure l'adolescència: influeix en la seva capacitat de fer front als canvis, a les adversitats, o de confiar en el seu potencial i de ser ells/es mateixos/es.

L'entorn i el context influeixen molt les decisions que prenem: és molt important saber "què volem" i no deixar-nos portar pel què fan els altres.

Les transicions vitals són moments de canvi personal, propis o d'altres, que ens afecten i impliquen dificultats a diversos nivells: superar-les ens fa créixer i madurar.

El discurs de les famílies prové de la perspectiva i vivències de la nostra joventut. Mentrestant el món ha canviat molt: hem d'admetre que cal adaptar-lo als temps actuals

Autoconeixement

L'autoconeixement és la base principal de la nostra orientació: per saber amb quines professions encaixem cal que indaguem sobre "qui i com som". Al mateix temps, les experiències vitals ens faran créixer i transformar, i això provoca voler canviar d'activitat i professió de forma transicional i evolutiva al llarg de la vida.

Les nostres habilitats i intel·ligències, entre d'altres, són factors als quals hem de parar atenció: els resultats acadèmics no han de ser una única guia per orientar-nos.

Les competències són un conjunt de coneixements, habilitats i actituds que permeten l'acompliment amb èxit d'un lloc de treball o tasca: conèixer el "perfil competencial" és clau.

Els valors personals i professionals són la base de la motivació i la satisfacció per allò que fem: conèixer amb què ens sentim compromesos, i quina és l'aportació que volem fer a la societat, és fonamental per a encertar a l'hora de prendre decisions.

Indagació i presa de decisions

Descobrir les vocacions i els interessos és legítim i possible: la forma d'arribar-hi és diversa, i molt personal, però generalment cal esforç per escoltar-se i conèixer-ho.

Explora: és veure quines professions i ocupacions hi ha al mercat laboral: per tal de poder prendre decisions. Cal pensar-hi en termes de "valors personals", de "competències clau", d'interessos i del nostre desig de contribució social.