



Bienvenidos a

Este año vas a pensar en qué escuela secundaria quieres ir. Es importante empezar a pensar en lo que quieres para ti: este año, en la secundaria y después. Tus mentores de True2U están aquí para ayudarte.

Este año vamos a enfocarnos en aprender más sobre:

Quién eres.

Lo que te interesa.

**Carreras que podrías
querer seguir.**

Te vas a reunir con tus mentores, normalmente **un día al mes por dos horas.**

Este programa es para ti y para tu futuro.

Durante tus sesiones, harás actividades y tendrás conversaciones que te ayudarán a pensar más en ti y en tus intereses. La meta de True2U es que pienses en quién eres, quién quieres ser y qué pasos necesitas tomar para llegar allí. Tus mentores quieren que pienses en tus fortalezas e intereses y cómo esas cosas entran en tus planes para la escuela secundaria y lo que viene después.

True2U comenzó con un Inicio de Programa para ayudarte a aprender más sobre lo que esperar durante el programa. Vas a participar en 7 sesiones durante el año escolar. Cada sesión se enfocará en un tema relacionado con tu futuro. Esperamos que hagas este camino con nosotros para aprender más sobre tus opciones de escuela secundaria y las oportunidades en tu exploración de carreras.

La mayoría de las cosas que hacemos en la vida son tan buenas y valiosas como el esfuerzo que les ponemos. Recibimos de ellas lo mismo que damos con nuestra dedicación.

No podemos pensar en nada más importante, por eso vamos a poner esfuerzo y dedicación, y esperamos que tú también lo hagas, porque todo esto es para ti.

**Tu actividad favorita
en el tiempo libre**

**Tus metas de carrera
para el futuro**

Nombre

Tus fortalezas

**Tu materia
favorita**

La carrera de mascotas

Cuatro niños (Jay, Kay, Leon y Mark) entran a sus mascotas (conejo, rana, tortuga y perrito) en una carrera. Usa las pistas de abajo para descubrir qué mascota tiene cada niño y en qué lugar terminó cada una en la carrera.

	Conejo	Rana	Tortuga	Perrito	1.º	2.º	3.º	4.º
Jay								
Kay								
Leon								
Mark								

Pistas:

1. El conejo de Jay no ganó la carrera.
2. Kay terminó justo después de Jay.
3. Leon no tiene una rana y no terminó en segundo lugar.
4. La mascota de Mark terminó justo después del perrito.
5. Kay no tiene un reptil ni un anfibio. Su mascota terminó en 3.er lugar.

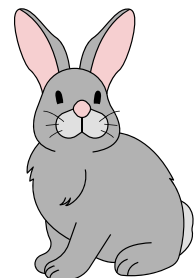
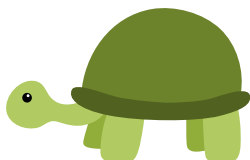
Respuestas:

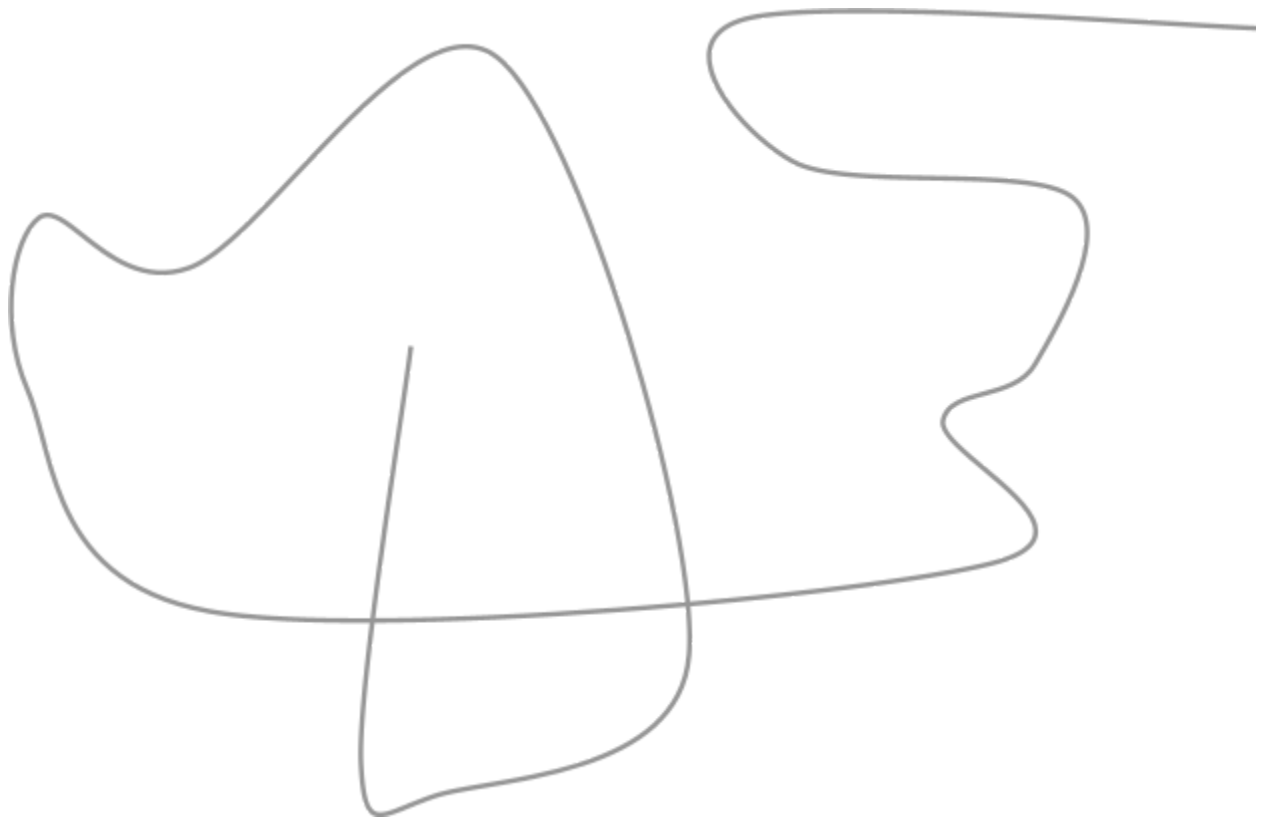
La mascota de Jay es un _____ y terminó en ____ lugar.

La mascota de Kay es un _____ y terminó en ____ lugar.

La mascota de Leon es una _____ y terminó en ____ lugar.

La mascota de Mark es una _____ y terminó en ____ lugar.





Inventario de Fortalezas

Marca la **caja** si la frase es verdadera para ti. Después, suma el número de marcas en cada fila.

1	Me gusta probar cosas nuevas y pensar en diferentes maneras de hacerlas.	Me gusta aprender sobre temas que no conozco.	No me da miedo hacer preguntas hasta entender bien.	Puedo adaptarme fácilmente a nuevas situaciones.	Para mí es importante expresarme.	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

2	Me ayudan los comentarios que me dicen cómo mejorar.	Estoy abierto(a) a nuevas ideas, aunque sean diferentes a las mías.	Cuando trabajo en grupo, pienso más en el éxito del grupo que en el mío.	Me gusta celebrar los logros de mis amigos y compañeros.	Si alguien es diferente a mí, trato de entenderlo.	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

3	Puedo animar a otros a que entiendan una idea que tengo.	Asumo la responsabilidad cuando algo que propuse no sale bien.	Me gusta tomar decisiones escuchando a varias personas.	Trato de comunicarme con claridad, sobre todo en los problemas.	Mi familia y amigos suelen pedirme ayuda para resolver cosas.	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

4	Me gusta escuchar y aprender sobre la vida de los demás.	Ofrezco mi ayuda sin esperar nada a cambio.	Me preocupo por cómo se sienten otras personas.	Me esfuerzo por ser respetuoso(a) con todos.	Trato de ser amable, incluso cuando estoy de mal humor.	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

5	Me gusta encontrar maneras de usar lo que ya sé en nuevas situaciones.	Hago muchas preguntas o busco información para entender mejor.	Reviso toda la información disponible antes de llegar a una conclusión.	Cambio mis conclusiones cuando recibo información nueva o diferente.	Pienso en cómo mis experiencias e ideas influyen en mi forma de pensar.	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

6	Normalmente pienso en lo que voy a decir antes de hablar, en persona o en línea.	Cuando estoy conociendo a alguien, le hago preguntas sobre su vida.	Soy honesto(a) y auténtico(a) y no miento cuando me comunico.	Respondo de manera clara y rápida, ya sea en persona o por escrito.	Puedo debatir mis ideas con otra persona sin enojarme ni ser grosero(a).	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

7	Defiendo las ideas y temas que son importantes para mí.	Puedo identificar claramente mis valores y trato de actuar de acuerdo con ellos.	Acepto los retos y las oportunidades para mejorarme.	No me da miedo equivocarme y admito cuando cometo errores.	Prefiero enfrentar los problemas directamente en vez de evitarlos.	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

8	Cuando empiezo algo, estoy decidido(a) a terminarlo.	A menudo me pongo metas, algunas incluso para varios años en el futuro.	No me desanimo fácilmente; veo los problemas como oportunidades para crecer.	Cambio de plan rápidamente cuando las cosas no salen como esperaba.	Me mantengo enfocado(a) en mis metas aunque haya distracciones.	Número de cajas marcadas en esta fila _____
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

Suma todas tus marcas en cada fila. ¿Cuáles 3 filas tienen más marcas?

Una o dos filas con pocas o ninguna marca pueden ser áreas para mejorar.

1. Creatividad – usar tu imaginación para inventar ideas nuevas y originales.	2. Colaboración – trabajar bien con un compañero o grupo para lograr una meta.
3. Liderazgo – guiar y motivar a un grupo de manera positiva.	4. Amabilidad – tratar a otros con respeto, cuidado y empatía, especialmente en situaciones difíciles.
5. Pensamiento Crítico – analizar y evaluar información, temas o problemas con cuidado para tomar buenas decisiones.	6. Comunicación – compartir claramente tus ideas y escuchar bien a los demás.
7. Autodefensa (Self-Advocacy) – conocerte a ti mismo, saber lo que necesitas y comunicarlo claramente a los demás.	8. Adaptabilidad – ajustar cómo enfrentas una tarea o reto y seguir intentando, aunque tu primer esfuerzo no funcione.

Reflexión de la Sesión 1

1) ¿Cuál es tu mayor fortaleza?

2) ¿Cómo crees que tu mayor fortaleza te puede ayudar en el futuro cuando pienses en tu carrera?

3) De las fortalezas que no estuvieron en tus 3 principales, ¿cuál te gustaría mejorar y por qué?

4) ¿Qué pasos podrías dar para mejorar la fortaleza que mencionaste en la pregunta 3?

5) Haz un círculo alrededor de las áreas de la vida sobre las que quieras aprender más. (Puedes escoger más de una.)

Escuela técnica

Entrevistas

Escuela secundaria

Finanzas / Dinero

Salud y bienestar

Universidad

Balance de vida y trabajo

Trabajos

Inventario de Intereses de Carreras

Directions: Marca (con una ✓) las cosas que más te describen en cada grupo. **Suma el número de marcas en cada grupo y escribe el total en la caja.** Puedes escoger muchas o pocas en cada grupo. Cuando termines, busca cuáles tres grupos tienen el número más alto. Al final de este cuestionario encontrarás los nombres de las Áreas de Carreras que corresponden. Así puedes ver cuáles carreras quizás quieras explorar.

Grupo 1	Actividades que me gusta hacer: <input type="checkbox"/> Aprender cómo crecen las cosas y cómo mantenerse vivas. <input type="checkbox"/> Usar bien los recursos de la tierra, como plantar un jardín. <input type="checkbox"/> Hunt and/or fish. <input type="checkbox"/> Protect the environment. <input type="checkbox"/> Estar afuera en cualquier clima. <input type="checkbox"/> Planear, hacer presupuestos y guardar registros. <input type="checkbox"/> Usar máquinas y mantenerlas en buen estado.	Cualidades personales que me describen: <input type="checkbox"/> Soy independiente. <input type="checkbox"/> Me gusta la naturaleza. <input type="checkbox"/> Soy activo/a físicamente. <input type="checkbox"/> Soy planificador/a. <input type="checkbox"/> Soy creativo/a para resolver problemas.	Materias escolares que me gustan: <input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Ciencias de la vida <input type="checkbox"/> Ciencias de la tierra <input type="checkbox"/> Estudios sociales	Número total Grupo 1
Grupo 2	Actividades que me gusta hacer: <input type="checkbox"/> Imaginar en mi mente cómo se ve un producto terminado. <input type="checkbox"/> Trabajar con mis manos. <input type="checkbox"/> Hacer trabajo que necesita resultados precisos. <input type="checkbox"/> Resolver problemas técnicos. <input type="checkbox"/> Visitar y aprender de edificios hermosos, históricos o interesantes. <input type="checkbox"/> Seguir pasos lógicos, uno por uno.	Cualidades personales que me describen: <input type="checkbox"/> Soy curioso/a. <input type="checkbox"/> Sigo bien las instrucciones. <input type="checkbox"/> Pongo atención a los detalles. <input type="checkbox"/> Soy bueno/a visualizando posibilidades. <input type="checkbox"/> Soy paciente y persistente.	Materias escolares que me gustan: <input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Ciencias físicas <input type="checkbox"/> Álgebra <input type="checkbox"/> Estudios sociales	Número total Grupo 2
Grupo 3	Actividades que me gusta hacer: <input type="checkbox"/> Usar mi imaginación para comunicar nueva información a otros. <input type="checkbox"/> Actuar o presentarme frente a otras personas. <input type="checkbox"/> Leer y escribir. <input type="checkbox"/> Tocar un instrumento musical. <input type="checkbox"/> Hacer actividades creativas o artísticas. <input type="checkbox"/> Usar tecnología de video y grabación. <input type="checkbox"/> Diseñar folletos y carteles.	Cualidades personales que me describen: <input type="checkbox"/> Soy creativo/a e imaginativo/a. <input type="checkbox"/> Soy buen comunicador/a; tengo buen vocabulario. <input type="checkbox"/> Tengo curiosidad por la nueva tecnología. <input type="checkbox"/> Entiendo bien los sentimientos y pensamientos de otros. <input type="checkbox"/> Soy determinado/a y persistente.	Materias escolares que me gustan: <input type="checkbox"/> Arte/Diseño gráfico <input type="checkbox"/> Música <input type="checkbox"/> Teatro <input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Tecnologías audiovisuales	Número total Grupo 3
Grupo 4	Actividades que me gusta hacer: <input type="checkbox"/> Hacer actividades rutinarias y organizadas, pero también ser flexible. <input type="checkbox"/> Trabajar con números e información detallada. <input type="checkbox"/> Ser el líder en un grupo. <input type="checkbox"/> Trabajar con programas de computadora. <input type="checkbox"/> Crear reportes y comunicar ideas. <input type="checkbox"/> Planear mi trabajo y seguir instrucciones sin mucha supervisión.	Cualidades personales que me describen: <input type="checkbox"/> Soy organizado/a. <input type="checkbox"/> Soy práctico/a y lógico/a. <input type="checkbox"/> Soy paciente. <input type="checkbox"/> Soy considerado/a y respetuoso/a. <input type="checkbox"/> Soy responsable.	Materias escolares que me gustan: <input type="checkbox"/> Aplicaciones de computadora <input type="checkbox"/> Tecnología <input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Inglés <input type="checkbox"/> Estudios sociales	Número total Grupo 4
Grupo 5	Actividades que me gusta hacer: <input type="checkbox"/> Comunicarme con diferentes tipos de personas. <input type="checkbox"/> Ayudar a otros con su tarea o a aprender cosas nuevas. <input type="checkbox"/> Ir a la escuela. <input type="checkbox"/> Dirigir y planear actividades para otros. <input type="checkbox"/> Aprender nueva información. <input type="checkbox"/> Ayudar a las personas a superar sus retos.	Cualidades personales que me describen: <input type="checkbox"/> Soy amigable. <input type="checkbox"/> Soy una persona que toma decisiones. <input type="checkbox"/> Soy servicial. <input type="checkbox"/> Soy innovador/a y curioso/a. <input type="checkbox"/> Soy buen/a oyente.	Materias escolares que me gustan: <input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Estudios sociales <input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Ciencias	Número total Grupo 5

Grupo 6	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Trabajar con números. <input type="checkbox"/> Cumplir con una fecha límite. <input type="checkbox"/> Hacer predicciones basadas en hechos. <input type="checkbox"/> Seguir un marco de reglas para trabajar. <input type="checkbox"/> Analizar información financiera y explicarla a otros. <input type="checkbox"/> Manejar dinero con precisión y confianza. <input type="checkbox"/> Sentirme orgulloso/a de cómo me visto y cómo me veo.	<input type="checkbox"/> Soy confiable. <input type="checkbox"/> Soy ordenado/a. <input type="checkbox"/> Tengo confianza en mí mismo/a. <input type="checkbox"/> Soy lógico/a. <input type="checkbox"/> Soy metódico/a y eficiente.	<input type="checkbox"/> Estudios sociales <input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Matemáticas	Grupo 6
Grupo 7	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Participar en política. <input type="checkbox"/> Defender y debatir ideas y temas. <input type="checkbox"/> Planear actividades y trabajar en equipo con otros. <input type="checkbox"/> Trabajar con detalles. <input type="checkbox"/> Hacer una variedad de tareas que pueden cambiar seguido. <input type="checkbox"/> Analizar información y explicarla a otros. <input type="checkbox"/> Viajar y ver cosas nuevas.	<input type="checkbox"/> Soy buen/a comunicador/a. <input type="checkbox"/> Soy competitivo/a. <input type="checkbox"/> Tengo espíritu de servicio. <input type="checkbox"/> Soy bien organizado/a. <input type="checkbox"/> Soy solucionador/a de problemas.	<input type="checkbox"/> Gobierno <input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Historia <input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Lengua extranjera	Grupo 7
Grupo 8	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Trabajar bajo presión. <input type="checkbox"/> Ayudar a personas y animales enfermos. <input type="checkbox"/> Tomar decisiones basadas en lógica e información. <input type="checkbox"/> Responder rápido y con calma en emergencias. <input type="checkbox"/> Trabajar como parte de un equipo. <input type="checkbox"/> Seguir instrucciones exactamente y cumplir con altos estándares de precisión.	<input type="checkbox"/> Soy compasivo/a y cariñoso/a. <input type="checkbox"/> Sigo bien las instrucciones. <input type="checkbox"/> Soy consciente y cuidadoso/a. <input type="checkbox"/> Soy paciente. <input type="checkbox"/> Soy buen/a oyente.	<input type="checkbox"/> Ciencias biológicas <input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Clase de salud <input type="checkbox"/> Artes del lenguaje	Grupo 8
Grupo 9	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Investigar nuevos lugares y actividades. <input type="checkbox"/> Trabajar con personas de todas las edades y tipos. <input type="checkbox"/> Organizar actividades donde otros se diviertan. <input type="checkbox"/> Ayudar a la gente a tomar decisiones. <input type="checkbox"/> Comunicarme con facilidad, con respeto y cortesía. <input type="checkbox"/> Aprender sobre otras culturas.	<input type="checkbox"/> Soy considerado/a. <input type="checkbox"/> Soy motivado/a por mí mismo/a. <input type="checkbox"/> Trabajo bien con otros. <input type="checkbox"/> Soy amigable. <input type="checkbox"/> Soy paciente y no me enojo fácilmente.	<input type="checkbox"/> Artes del lenguaje/Discurso <input type="checkbox"/> Ciencias sociales <input type="checkbox"/> Cocina <input type="checkbox"/> Ciencias de la familia y del consumidor	Grupo 9
Grupo 10	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Preocuparme por las personas, sus necesidades y sus problemas. <input type="checkbox"/> Participar en servicios comunitarios o en voluntariado. <input type="checkbox"/> Escuchar los puntos de vista de otras personas. <input type="checkbox"/> Ayudar a las personas a dar lo mejor de sí mismas. <input type="checkbox"/> Pensar en nuevas formas de hacer las cosas. <input type="checkbox"/> Hacer amigos con diferentes tipos de personas.	<input type="checkbox"/> Soy buen/a comunicador/a y oyente. <input type="checkbox"/> Soy cariñoso/a. <input type="checkbox"/> Uso la intuición y la lógica. <input type="checkbox"/> No soy una persona que juzga a los demás.	<input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Ciencias de la familia y del consumidor	Grupo 10

Grupo 11	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Razonar con claridad y lógica para resolver problemas complejos. <input type="checkbox"/> Usar máquinas, técnicas y procesos. <input type="checkbox"/> Leer materiales técnicos y diagramas para resolver problemas. <input type="checkbox"/> Adaptarme a los cambios. <input type="checkbox"/> Jugar videojuegos y descubrir cómo funcionan. <input type="checkbox"/> Concentrarme por mucho tiempo sin distraerme.	<input type="checkbox"/> Soy lógico/a y analítico/a. <input type="checkbox"/> Veo los detalles dentro del panorama general. <input type="checkbox"/> Soy persistente. <input type="checkbox"/> Tengo buenas habilidades de concentración. <input type="checkbox"/> Soy preciso/a y exacto/a.	<input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Ciencias <input type="checkbox"/> Mecanografía <input type="checkbox"/> Comunicaciones	Grupo 11

Grupo 12	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Tomar decisiones basadas en mis propias observaciones. <input type="checkbox"/> Interactuar con otras personas. <input type="checkbox"/> Estar en posiciones de autoridad. <input type="checkbox"/> Respetar reglas y regulaciones. <input type="checkbox"/> Debatir y ganar argumentos. <input type="checkbox"/> Observar y analizar el comportamiento de las personas.	<input type="checkbox"/> Soy aventurero/a. <input type="checkbox"/> Soy confiable. <input type="checkbox"/> Tengo sentido de comunidad. <input type="checkbox"/> Soy decidido/a. <input type="checkbox"/> Soy optimista.	<input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Historia <input type="checkbox"/> Inglés	Grupo 12

Grupo 13	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Trabajar con mis manos y aprender de esa manera. <input type="checkbox"/> Armar cosas. <input type="checkbox"/> Hacer trabajo rutinario, organizado y exacto. <input type="checkbox"/> Realizar actividades que producen resultados concretos. <input type="checkbox"/> Usar matemáticas para encontrar soluciones. <input type="checkbox"/> Usar herramientas de mano y eléctricas, y manejar equipos o maquinaria. <input type="checkbox"/> Imaginar objetos en tres dimensiones a partir de dibujos abstractos.	<input type="checkbox"/> Soy práctico/a. <input type="checkbox"/> Soy observador/a. <input type="checkbox"/> Soy activo/a físicamente. <input type="checkbox"/> Pienso paso a paso. <input type="checkbox"/> Soy coordinado/a.	<input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Álgebra <input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Tecnología	Grupo 13

Grupo 14	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Ir de compras y al centro comercial. <input type="checkbox"/> Estar a cargo. <input type="checkbox"/> Hacer exhibiciones y promocionar ideas. <input type="checkbox"/> Dar presentaciones y disfrutar hablar en público. <input type="checkbox"/> Persuadir a la gente para comprar productos o participar en actividades. <input type="checkbox"/> Comunicar mis ideas a otras personas. <input type="checkbox"/> Aprovechar oportunidades para ganar dinero extra.	<input type="checkbox"/> Soy entusiasta. <input type="checkbox"/> Soy competitivo/a. <input type="checkbox"/> Soy creativo/a. <input type="checkbox"/> Soy motivado/a por mí mismo/a. <input type="checkbox"/> Soy persuasivo/a.	<input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Historia <input type="checkbox"/> Tecnología	Grupo 14

Grupo 15	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Encontrar las respuestas a preguntas. <input type="checkbox"/> Trabajar en un laboratorio. <input type="checkbox"/> Descubrir cómo funcionan las cosas e investigar cosas nuevas. <input type="checkbox"/> Explorar nueva tecnología. <input type="checkbox"/> Experimentar la mejor manera de hacer algo. <input type="checkbox"/> Poner atención a los detalles y ayudar a que las cosas sean precisas.	<input type="checkbox"/> Soy detallista. <input type="checkbox"/> Soy curioso/a. <input type="checkbox"/> Soy objetivo/a. <input type="checkbox"/> Soy metódico/a. <input type="checkbox"/> Tengo inclinación mecánica.	<input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Ciencias <input type="checkbox"/> Educación tecnológica	Grupo 15

Grupo 16	Actividades que me gusta hacer:	Cualidades personales que me describen:	Materias escolares que me gustan:	Número total
	<input type="checkbox"/> Viajar. <input type="checkbox"/> Poder enfocarme y tener reflejos rápidos. <input type="checkbox"/> Resolver problemas mecánicos. <input type="checkbox"/> Diseñar procesos eficientes. <input type="checkbox"/> Anticipar necesidades y prepararme para cumplirlas. <input type="checkbox"/> Mover cosas de un lugar a otro.	<input type="checkbox"/> Soy realista. <input type="checkbox"/> Soy mecánico/a. <input type="checkbox"/> Soy coordinado/a. <input type="checkbox"/> Soy observador/a. <input type="checkbox"/> Soy planificador/a.	<input type="checkbox"/> Matemáticas <input type="checkbox"/> Artes del lenguaje <input type="checkbox"/> Ciencias físicas	Grupo 16

Encierra en un círculo tus 3 Grupos de Carreras favoritos.

Grupo 1 Agricultura, Alimentos y Recursos Naturales	Grupo 2 Arquitectura y Construcción	Grupo 3 Artes, Tecnología A/V y Comunicaciones	Grupo 4 Negocios, Administración y Gestión
Grupo 5 Educación y Capacitación	Grupo 6 Finanzas	Grupo 7 Gobierno y Administración Pública	Grupo 8 Ciencias de la Salud
Grupo 9 Hotelería y Turismo	Grupo 10 Servicios Humanos	Grupo 11 Tecnología de la Información	Grupo 12 Derecho, Seguridad Pública, Correcciones y Protección
Grupo 13 Manufactura	Grupo 14 Mercadotecnia, Ventas y Servicio	Grupo 15 Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas	Grupo 16 Transporte, Distribución y Logística



Biólogo/a de Vida Silvestre



Operador/a de Sistemas de Aguas Residuales



Veterinario



Inspector de alimentos



Cuidador/a de Animales

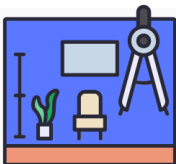


Control de Plagas

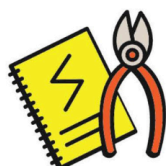


Ingeniero civil

Técnico de HVAC

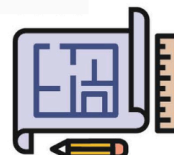


Diseñador/a de Interiores



Electricista

Arquitecto



Inspector de obras



Diseñador/a de Moda



Reportero/a de Noticias

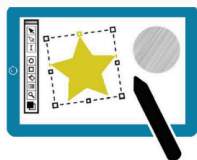
Artes, tecnología de audio/video y comunicaciones

Diseñar, producir, exhibir, actuar, escribir y publicar contenido multimedia.

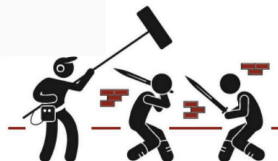


Actor

Diseñador Grafico



Equipo de producción



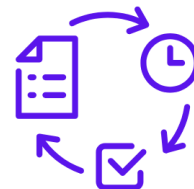
Autor



Secretario



Encargado/a de Instalaciones



Dirección y Administración de Empresas

Planear, organizar, dirigir y evaluar funciones de negocios.



Tenedor de libros



Vendedor de tienda



Encimera

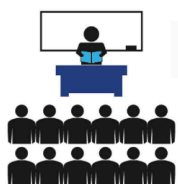


Agente deportivo

Administrador/a Escolar



Profesor



Educación y formación

Planear, administrar y proveer servicios de educación y capacitación, además de servicios de apoyo al aprendizaje.

Bibliotecario



Maestro/a



Entrenador



Trabajador social

Agentes de Seguros



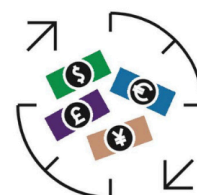
Consejero de
crédito



Finanzas

Planear y ofrecer servicios de planeación financiera y de inversiones, banca, seguros y administración financiera de negocios.

Banquero



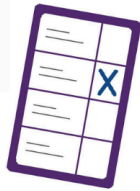
Analista de
inversiones

Asesor financiero



Oficial de préstamos

Funcionario electo



Seguridad en el Transporte



Trabajador/a Postal

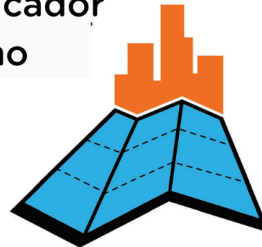
Gobierno y administración pública

Planear y realizar funciones de gobierno en los niveles local, estatal y federal.

Administrador municipal



Panificador urbano



Militar



Enfermero



Terapeuta Ocupacional



Ciencias de la Salud

Administrar y proveer servicios terapéuticos, diagnósticos y de apoyo; informática de salud; e investigación y desarrollo en biotecnología.

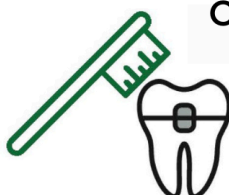


Fisioterapeuta

Doctor



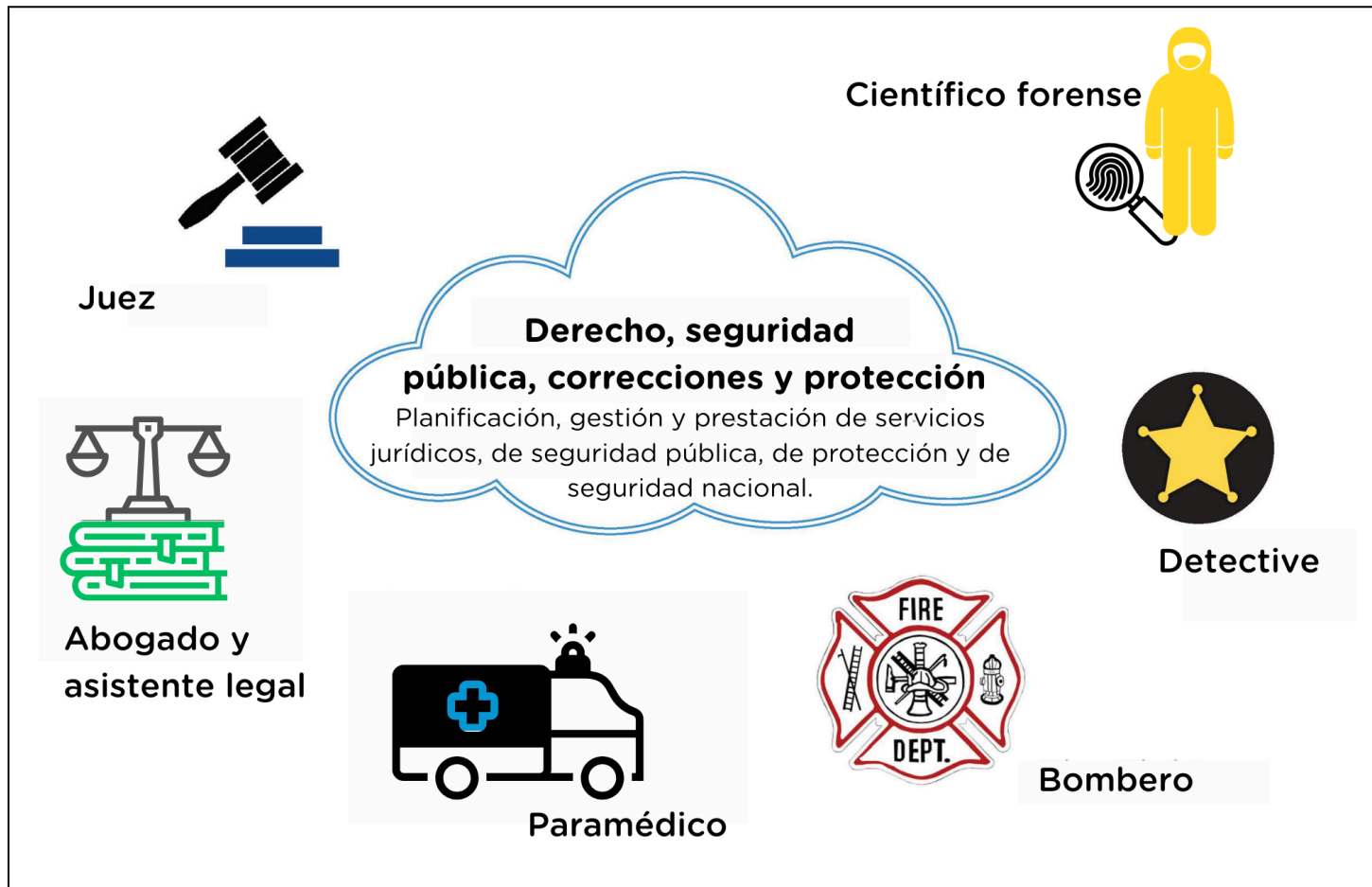
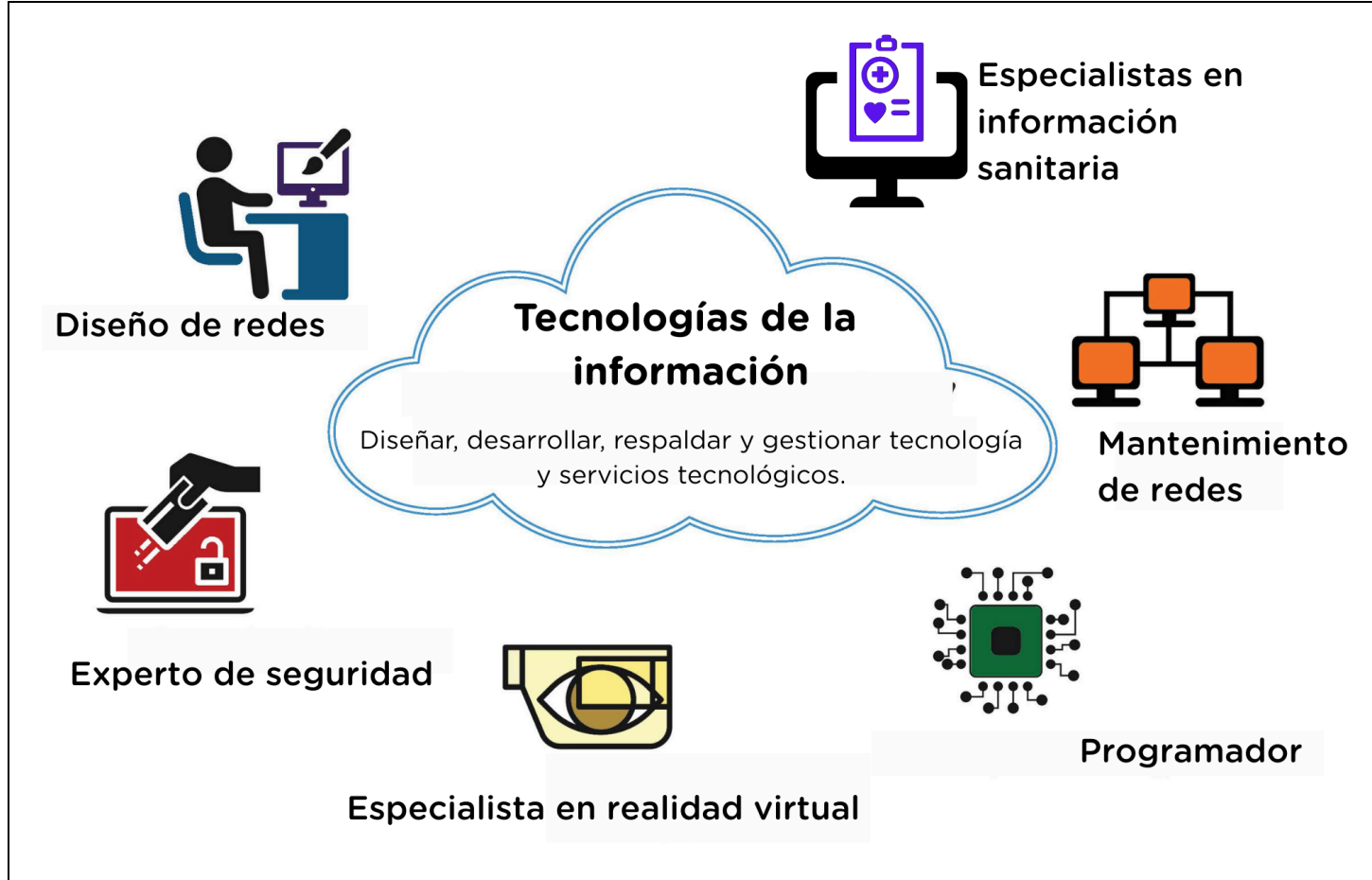
Odontólogo



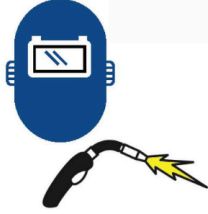
Científico investigador



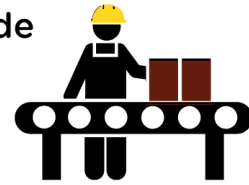




Soldador



Procesador de alimentos



Fabricación

Planificar, gestionar y ejecutar el procesamiento de materiales en productos y actividades de soporte técnico y profesional relacionadas.

Operario de máquina



Técnico de reparación de electrodomésticos

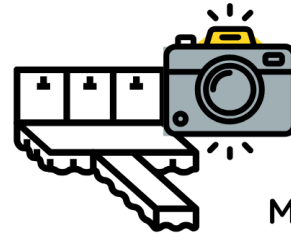


Ensamblador es de equipo



Analista de control de calidad

Vendedor telefónico



Modelo

Marketing, ventas y servicios

Planificar, gestionar y ejecutar actividades de marketing para alcanzar los objetivos organizacionales.



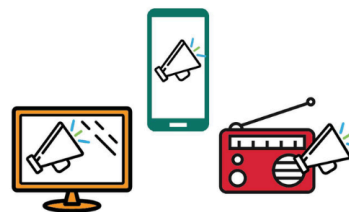
Portavoz



Ejecutivo de ventas



Agente de bienes raíces



Director de publicidad

Técnico de desechos peligrosos



Astrónomos



Ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas

Planificar, gestionar y proporcionar investigación científica y servicios profesionales y técnicos.

Químico



Ingeniero



Sociólogo

Científico de datos



Chofer de autobús



Auxiliar de vuelo

Transporte, Distribución y Logística

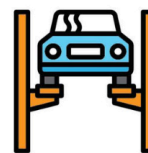
Planificación, gestión y movimiento de personas, materiales y bienes por carretera, tuberías, aire, ferrocarril y agua, y servicios de apoyo profesional relacionados.



Analista de seguridad



Director de logística



Inspector de vehículos de motor



Controlador aéreo

¿Qué brinda Say Yes Cleveland a nuestras escuelas?



Especialistas en apoyo familiar que conectarán a estudiantes y familias con servicios gratuitos disponibles en 16 escuelas este año y en todas las escuelas de CMSD para el año 2023:

- programas extracurriculares y veranuegos
- asistencia legal
- servicios de salud mental

Becas de matrícula universitaria para graduados de CMSD elegibles, a cualquier universidad pública, universidad comunitaria y programa de certificación profesional elegible para becas Pell en Ohio y a más de 100 universidades privadas en toda la nación. Los graduados deben:

- residir en la ciudad de Cleveland o dentro de los límites de CMSD
- estar inscrito en una escuela secundaria de CMSD o en una escuela chárter elegible asociada con el distrito desde 9º -12º

Visite **SayYesCleveland.org** para aprender más



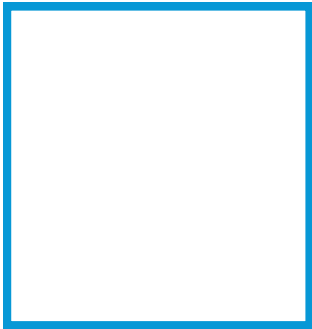
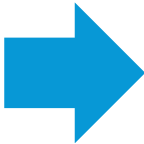
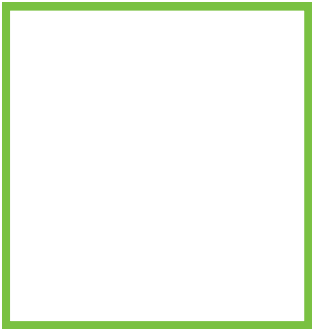

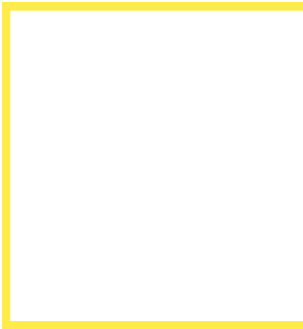
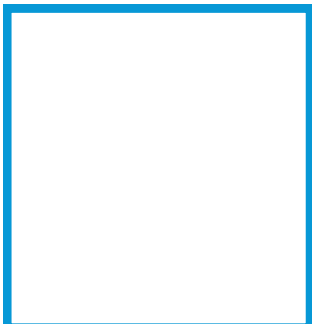
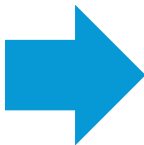
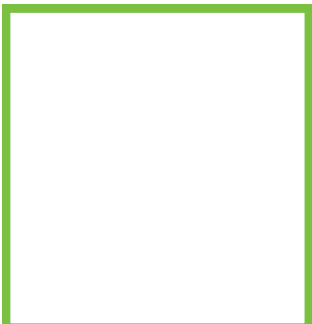


High Schools by Career Cluster

If your career cluster is...	You might consider...	
Agricultura, Alimentos y Recursos Naturales	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • East Tech 	<ul style="list-style-type: none"> • Rhodes School of Environmental Studies • Rhodes College and Career Academy
Arquitectura y Construcción	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • Cleveland School of Architecture and Design 	<ul style="list-style-type: none"> • Max Hayes • Rhodes College and Career Academy
Artes, Tecnología de A/V y Comunicaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • Cleveland High School for the Digital Arts 	<ul style="list-style-type: none"> • Cleveland School of the Arts • Rhodes College and Career Academy
Negocios, Administración y Gestión	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • East Tech • Ginn 	<ul style="list-style-type: none"> • John Marshall Civic and Business Leadership • Rhodes College and Career Academy
Educación y Capacitación	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International 	<ul style="list-style-type: none"> • Ginn • Rhodes College and Career Academy
Finanzas	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • East Tech 	<ul style="list-style-type: none"> • Rhodes College and Career Academy • Rhodes School of Environmental Studies
Gobierno y Administración Pública	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • East Tech • Facing History • Ginn 	<ul style="list-style-type: none"> • John Marshall Civic and Business Leadership • Lincoln West School of Global Studies • Rhodes College and Career Academy
Ciencias de la Salud	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • Cleveland School of Science and Medicine • Glenville 	<ul style="list-style-type: none"> • Lincoln West School of Science and Health • Rhodes College and Career Academy
Hotelería y Turismo	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International 	<ul style="list-style-type: none"> • East Tech • Rhodes College and Career Academy

If your career cluster is...	You might consider...
Servicios Humanos	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • East Tech • Facing History • Garrett Morgan Leadership and Innovation • Ginn • Lincoln West School of Global Studies • Rhodes College and Career Academy
Tecnologías de la Información	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • Collinwood • Facing History • Garrett Morgan Leadership and Innovation • John Adams College and Career Academy • John Marshall School of Information Technology • Max Hayes • MC2STEM • New Tech West • Rhodes College and Career Academy
Derecho, Seguridad Pública, Correcciones y Protección	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • Davis Aerospace and Maritime • Ginn • Glenville • Rhodes College and Career Academy
Manufactura	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • John F. Kennedy • Max Hayes • Rhodes College and Career Academy
Mercadotecnia, Ventas y Servicios	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • East Tech • Rhodes College and Career Academy
Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • Cleveland Early College • Cleveland School of Architecture and Design • Cleveland School of Science and Medicine • Collinwood • Davis Aerospace and Maritime • East Tech • Facing History • Garrett Morgan Engineering and Innovation • John Marshall School of Engineering • John Marshall School of Information Technology • Lincoln West School of Science and Health • Max Hayes • MC2STEM • New Tech West • Rhodes College and Career Academy
Transporte, Distribución y Logística	<ul style="list-style-type: none"> • Bard • Campus International • East Tech • Max Hayes • Rhodes College and Career Academy

Reflexión de la Sesión 2

Esta actividad te ayudará a hacer conexiones entre carreras y escuelas secundarias. En la caja azul, escribe una carrera o algunas carreras relacionadas que te interesen. En la caja verde, escribe el grupo o área de carreras a la que pertenece esa(s) carrera(s). En la caja amarilla, escribe 1-2 escuelas secundarias que se enfoquen en ese grupo de carreras. En la segunda fila de cajas, repite el proceso con otra carrera que te interese.

Carrera		Grupo de carreras		Escuela secundaria
				
Carrera		Grupo de carreras		Escuela secundaria
				
Carrera		Grupo de carreras		Escuela secundaria

1. ¿Las escuelas secundarias en las cajas amarillas son escuelas que te interesan? ¿Por qué sí o por qué no?
2. Haz una lista de por lo menos 3 recursos que tienes para aprender más sobre las escuelas secundarias y las carreras que te interesan.
3. ¿Por qué piensas que la carrera que te interesa es una buena opción para ti?
4. ¿Qué información necesitas investigar para asegurarte de que vas por el camino hacia esa carrera? ¿Dónde puedes encontrar esa información?

Clasificar

Tu grupo tiene tres minutos para ordenar las siguientes palabras en categorías.

Internet

Basura

Pez

Oreja

Poema

Canasta

Restaurante

Camisa

Cantante

Corazón

Miel

Carretera

Papel

Béisbol

Papa

Reina

Libro

Reloj

Dinero

Avión

Crear una Historia

Usa las 8 palabras de abajo para crear una historia apropiada para la escuela. No hay límite de extensión ni de cuántas palabras adicionales puedes usar.

Muñeco de nieve

Correr

Rana Bailar

Helicóptero
Dormir

Escuela Chef

[illegible]

Sopa de Palabras

Usa la palabra MUÑECO para formar todas las palabras que puedas con 2 letras o más. Solo puedes usar las letras que aparecen en la palabra. Por ejemplo, hay una sola “M”, entonces solo puedes usarla una vez en cada palabra. Las palabras que inventes deben ser reales en español.

M U Ñ E C O

Inventario de Personalidad

Lee cada pregunta y circula la letra de la respuesta que más se parece a ti.

Ronda 1

- 1) Cuando estás con un grupo de personas, ¿prefieres...
A. unirte a la conversación del grupo grande.
B. hablar individualmente con personas que conoces bien.
- 2) Cuando conoces a alguien por primera vez, ¿eres...
A. rápido/a para abrirte y compartir sobre ti.
B. más reservado/a hasta conocer mejor a la persona.
- 3) Cuando conoces a alguien nuevo, ¿te sientes...
A. emocionado/a de hablar con ellos.
B. nervioso/a de hablar con ellos.
- 4) ¿Tiendes a tener...
A. muchas amistades con diferentes personas.
B. amistades profundas con pocas personas.
- 5) Cuando vas a una reunión social, ¿sueles...
A. salir con más energía.
B. salir cansado/a o agotado/a.

**Mi Código de
Personalidad**

____ 1ª Letra ____ 2ª Letra ____ 3ª Letra ____ 4ª Letra

Suma tus respuestas y
marca el resultado que
tengas más veces.

Total de respuestas A:

_____ = Extrovertido (E)

Total de respuestas B:

_____ = Introvertido (I)

Ronda 2

- 1) ¿Trabajas mejor con...
A. personas lógicas con planes claros.
B. personas creativas con grandes ideas.
- 2) Cuando escribes un papel, ¿es más probable que...
A. empieces desde el principio.
B. empieces en cualquier parte que quieras.
- 3) ¿Qué valoras más?
A. un fuerte sentido de la realidad.
B. una imaginación vívida.
- 4) En libros o películas, prefieres historias que sean...
A. literales y directas, donde sabes lo que pasa.
B. figurativas y poéticas, que se pueden interpretar.
 B. en tu intuición o “corazonada”.
- 5) ¿En quién confías más?
A. en tus experiencias pasadas.

Suma tus respuestas y
marca el resultado que
tengas más veces.

Total de respuestas A:

_____ = Observador (S)

Total de respuestas B:

_____ = Intuitivo (N)

Ronda 3

- 1) Cuando un amigo te cuenta un problema, prefieres...
A. analizar qué lo causó y buscar una solución.
B. escucharlo y mostrar empatía por sus sentimientos.
- 2) Cuando juzgas el resultado de una situación, te enfocas en...
A. si siguió reglas y regulaciones.
B. las circunstancias de esa situación.
- 3) Al dar tu opinión, eres más...
A. firme que suave.
B. suave que firme.
- 4) Cuando tomas decisiones, usas más...
A. la cabeza.
B. el corazón.
- 5) Prefieres que te feliciten por ser...
A. una persona lógica.
B. una persona compasiva.

Suma tus respuestas y marca el resultado que tengas más veces.

Total de respuestas A:
_____ = **Pensador (T)**

Total de respuestas B:
_____ = **Sentimental (F)**

Ronda 4

- 1) Cuando sales con tus amigos, prefieres llegar...
A. a tiempo o temprano.
B. cuando tengas ganas.
- 2) ¿Prefieres...
A. tener las cosas planeadas y organizadas.
B. dejar que todo fluya y pase como sea.
- 3) La idea de hacer una lista de tareas te...
A. parece buena.
B. estresa
- 4) Cuando tomas decisiones, tiendes a...
A. ver todas las opciones antes de decidir.
B. decidir de manera impulsiva.
- 5) ¿Qué se te hace más difícil?
A. adaptarte a cambios constantes.
B. adaptarte a una rutina estricta.

Suma tus respuestas y marca el resultado que tengas más veces.

Total de respuestas A:
_____ = **Juicioso (J)**

Total de respuestas B:
_____ = **Explorador (P)**

Descripciones de los Tipos de Personalidad

Lee las descripciones para aprender más sobre los 16 tipos de personalidad basados en el Inventario de Personalidad.

Primera Letra

Extrovertido (E) vs. Introvertido (I)

Cómo obtienes tu energía:

Extrovertidos: se energizan al pasar tiempo con otras personas, son expresivos, prefieren actividades en grupo, se emocionan fácilmente.

Introvertidos: se energizan pasando tiempo solos, son reservados, prefieren actividades solitarias, son sensibles a la estimulación externa.



Segunda Letra

Observador (S) vs. Intuitivo (N)

Cómo recibes la información:

Observadores: prácticos, realistas, con hábitos fuertes, se enfocan en lo que ya está pasando.

Intuitivos: imaginativos, de mente abierta, curiosos, se enfocan en posibilidades futuras.



Tercera Letra

Pensador (T) vs. Sentimental (F)

Cómo tomas decisiones:

Pensadores: racionales, usan la lógica, deciden con la cabeza, valoran la eficiencia.

Sentimentales: expresan emociones, usan valores personales, deciden con el corazón, valoran la cooperación.



Cuarta Letra

Juicioso (J) vs. Explorador (P)

Cómo organizas tu mundo:

Juiciosos: decididos, detallados, les gusta la estructura y el orden, prefieren planear.

Exploradores: flexibles, espontáneos, les gusta dejar opciones abiertas.



Descripciones de grupos de personalidad

Lee las descripciones a continuación para saber más sobre los cuatro grupos de tipos de personalidad según el Inventario de Tipos de Personalidad. Rodea con un círculo o una estrella tu personalidad.

Analistas

Intuitivo (N) y Pensador (T)

Lógicos, racionales, intuitivos

INTJ INTP ENTJ ENTP

- **Racional:** toma decisiones con la cabeza, usando lógica.
- **Curioso:** le gusta probar y aprender cosas nuevas.
- **Selectivo socialmente:** es cuidadoso con quién pasa su tiempo.
- **Independiente:** se siente orgulloso de poder trabajar solo.
- **Resolución de problemas:** tiene confianza en su habilidad para enfrentar retos.



Centinelas

Observador (S) y Juicioso (J)

Trabajadores, cooperativos, prácticos

ISFJ ISTJ ESFJ ESTJ

- **Orden:** busca tener estabilidad y valora la seguridad.
- **Motivado por sí mismo:** no necesita inspiración externa para motivarse.
- **Estructura:** le gustan las reglas claras, los métodos comprobados y estar preparado.
- **Sabiduría:** a menudo sirve como mentor para las personas a su alrededor.
- **Altos Estándares:** tiene estándares altos y formas claras de alcanzarlos.



Diplomáticos

Intuitivo (N) y Sentimental (F)

Compasivos, cariñosos, serviciales

INFP INFJ ENFJ ENFP

- **Servicial:** da prioridad a ser amable y generoso.
- **Conexión:** disfruta tener conversaciones profundas en lugar de pláticas pequeñas.
- **Relaciones:** valora tener una red de personas con significado en su vida.
- **Principios:** se motiva por lo que es importante para él/ella.
- **Comprensión:** ve los beneficios de conocerse a sí mismo/a y también a los demás.



Exploradores

Observador (S) y Explorador (P)

Curiosos, independientes, rápidos para pensar

ISFP ISTP ESFP ESTP

- **Flexible:** se adapta fácilmente a las situaciones y disfruta ser espontáneo/a.
- **Visión General:** se enfoca más en el panorama completo que en los pequeños detalles.
- **Intereses Amplios:** disfruta aprender nuevas habilidades y diferentes maneras de hacer las cosas.
- **Nuevas Cosas:** le gusta ser el primero/a en probar algo nuevo y compartirlo con sus amigos y familia.
- **Inquieto/a:** siempre está en movimiento, cambiando de una cosa a otra.



Actividad WOOP

WOOP ayuda a las personas a hacer las cosas que realmente quieren lograr.

Deseo (Wish)

¿Cuál es un deseo importante que quieres lograr?
Tu deseo debe ser **difícil pero posible**.

Resultado (Outcome)

¿Cuál será el mejor resultado de lograr tu deseo?
¿Cómo te vas a sentir?
Haz una pausa e **imagina de verdad el resultado**.

Obstáculo (Obstacle)

¿Cuál es el **principal obstáculo dentro de ti** que podría impedir que logres tu deseo?
Haz una pausa e **imagina de verdad el obstáculo**.

Plan (Plan)

¿Cuál es una acción efectiva para vencer el obstáculo?
Haz un **plan “cuando – entonces.”**

Cuando: _____

Entonces yo haré (mi acción): _____

Mi deseo: _____

Mejor resultado: _____

Mi obstáculo: _____

Nombre: _____

Reflexión de la Sesión 3

1) Escribe tu código de personalidad de cuatro letras y describe con tus propias palabras lo que significa:

2) Haz una lista de tres cosas que tu tipo de personalidad y tu grupo de carreras tienen en común.

-
-
-

3) ¿Qué características de tu tipo de personalidad crees que te ayudarán en la escuela secundaria?

4) ¿Por qué es importante aprender sobre tu tipo de personalidad?

Tomando Buenas Decisiones

Paso 1: Identifica la oportunidad o el obstáculo

- ¿Qué decisión se tiene que tomar?
- ¿Deberías consultar a alguien antes de tomar esta decisión?



Paso 2: Piensa y considera posibles opciones

- ¿Qué opciones tienes?
- Asegúrate de escribir todas las opciones (pros y contras), aunque no estés seguro/a de si es la mejor opción.



Paso 3: Evalúa los resultados posibles

- ¿Qué resultados podrían pasar según las opciones que escogiste?
- ¿Cuál es el resultado que deseas?



Paso 4: Toma una decisión

- Una vez que tomes tu decisión, ¿qué necesitas hacer?
- ¿Necesitas informar a alguien sobre tu decisión?



Paso 5: Evalúa los resultados y acepta la responsabilidad

- ¿Conseguiste el resultado que querías?
- ¿Qué puedes aprender de esta experiencia?

Tomando Buenas Decisiones

Preguntas para Discusión en Grupo Pequeño

1) Usando los pasos para tomar buenas decisiones, ¿qué debería hacer la persona en tu situación y por qué?

2) Si tú estuvieras en esta situación, ¿qué harías y por qué?

3) Piensa en algunos posibles resultados de esta situación. ¿Qué podría salir mal? ¿Qué podría salir bien?

4) Explica cómo se siente tratar de tomar la decisión correcta cuando alguien más te está presionando.

5) Explica cómo se siente cuando te das cuenta de que tomaste una mala decisión.

Cuadros de Valores Instrucciones

Los valores son las creencias y principios que consideras importantes en tu vida. Los valores nos ayudan a tomar decisiones para vivir de manera fiel a lo que somos.

Pasos:

1. Lee los valores en la hoja de Cuadros de Valores.
2. Escucha las instrucciones de tu mentor sobre cuántos valores debes tachar en cada ronda.
3. Al final de la actividad, escribe aquí tus valores principales.

Preguntas para Discusión

¿Cómo te sentiste con las decisiones que tomaste y por qué?

¿Te sorprendieron los cuadros que te quedaron?

¿Cómo se muestran tus valores en tu vida diaria? Piensa en tus decisiones, cómo superas obstáculos, tus palabras y acciones.

Lista de Valores

Amor Afecto profundo	Éxito Lograr un propósito o meta	Comunidad Sentir pertenencia en un grupo	Familia Grupo de personas relacionadas
Autosuficiencia Poder depender de ti mismo/a	Justicia Preocupación por la equidad, paz y respeto genuino a otros	Estatus Tener un alto rango o posición social	Creatividad Usar tu imaginación o ideas originales
Honestidad Ser sincero/a y decir la verdad	Conocimiento Información, entendimiento y habilidades por experiencia y educación	Aprecio Ser reconocido/a por un logro o habilidad	Respeto Creer que alguien o algo es importante y debe ser tratado de manera adecuada
Crecimiento Desarrollo a través de dedicación y esfuerzo	Seguridad Financiera Being financially stable	Alegría Disfrutar de algo	Libertad Poder actuar, hablar o pensar como quieras
Amabilidad Ser amigable, generoso/a y considerado/a	Autenticidad Poder ser tú mismo/a de manera genuina	Valentía Poder hacer algo que te da miedo	Lealtad Mostrar apoyo o compromiso a alguien o algo

Reflexión de la Sesión 4

1) ¿Qué información sería importante saber sobre una carrera?

2) ¿Qué adultos pueden apoyarte mientras exploras tus intereses y metas de carrera?

3) Escribe sobre una vez en la que tuviste un problema grande que tuviste que resolver por ti mismo(a).

4) ¿Cuáles fueron tus tres valores principales y qué representan esos valores en tu vida?

•

•

•

Instrucciones Escritas – Estilos de Aprendizaje

1. Coloca dos bloques juntos en las esquinas para formar una **V**.
2. Repite hasta que tengas **5 V**.
3. Pon una **V al revés** (abierta hacia abajo) en la parte superior de tu escritorio.
4. En el lado derecho, coloca una **V con la abertura hacia la izquierda** y conéctala a la esquina inferior de la V de arriba.
5. En el lado izquierdo, coloca una **V con la abertura hacia la derecha** y conéctala a la esquina inferior de la V de arriba.
6. Con las dos últimas V, coloca una conectada a la esquina inferior derecha y la otra a la esquina inferior izquierda.
7. Al final, las 5 V deben estar apuntando hacia adentro.

Estilos de Aprendizaje

Descubre tu estilo de aprendizaje respondiendo este pequeño cuestionario.
Circula la letra que más se parece a ti en cada pregunta.

1. Necesitas direcciones para llegar a una tienda que tu amigo recomendó. Tú...

- A) usarías un mapa.
- B) le pedirías a tu amigo que te diga las direcciones.
- C) escribirías las calles para recordarlas.
- D) ubicarías la tienda usando lugares que ya conoces.

2. Un sitio web muestra un video sobre cómo hacer una gráfica o tabla. Aprenderías mejor...

- A) viendo los diagramas y ejemplos.
- B) escuchando al presentador.
- C) leyendo las instrucciones.
- D) mirando los pasos y practicando con el video.

3. Quieres hacer algo especial para tu familia. Tú...

- A) sacarías ideas viendo fotos en revistas.
- B) lo platicarías con tus amigos.
- C) seguirías instrucciones escritas.
- D) harías algo que ya has hecho antes.

4. Al escoger una carrera o área de estudio, para ti es importante...

- A) trabajar con diseños, mapas o gráficas.
- B) comunicarte con otros en discusiones..
- C) usar bien las palabras en lo escrito.
- D) aplicar lo que sabes en situaciones reales.

5. Cuando aprendes, tú...

- A) ves patrones en las cosas.
- B) prefieres hablar las cosas.
- C) lees libros, artículos y apuntes.
- D) usas ejemplos y aplicaciones.

6. Quieres saber más de una universidad. Tú...

- A) verías su página web y videos.
- B) preferirías hablar con un estudiante de ahí.
- C) leerías una descripción o artículo.
- D) visitarías la universidad en persona.

7. Quieres aprender un juego nuevo de mesa o de cartas. Tú...

- A) usarías los diagramas en las instrucciones.
- B) escucharías a alguien explicarlo y harías preguntas.
- C) leerías las instrucciones.
- D) mirarías a otros jugar antes de unirte.

8. Tienes un problema en la rodilla. Prefieres que el doctor...

- A) te muestre un diagrama.
- B) te lo describa con palabras.
- C) te dé algo escrito para leer.
- D) use un modelo de plástico.

9. Quieres saber más de una nueva película. Tú...

- A) verías un avance o tráiler.
- B) preguntarías a tus amigos.
- C) leerías lo que otros escribieron en internet.
- D) compararías lo que escuchaste con otras películas que te gustan.

10. Tienes que presentar tus ideas en clase. Para prepararte, tú...

- A) harías diagramas o gráficas.
- B) escribirías unas palabras clave y las repetirías.
- C) escribirías todo tu discurso y lo leerías varias veces.
- D) usarías ejemplos e historias para hacerlo real.

11. Tienes que instalar la nueva computadora de tus papás. Tú...

- A) seguirías los diagramas.
- B) llamarías, mandarías mensaje o correo a un amigo.
- C) leerías las instrucciones que vinieron con la computadora.
- D) abrirías la caja y empezarías a armarla.

12. Quieres organizar una fiesta sorpresa para un amigo. Tú...

- A) dibujarías un mapa e invitarías con un diseño especial.
- B) hablarías por teléfono o mensaje con tus amigos.
- C) harías una lista de lo que comprar y hacer.
- D) invitarías a tus amigos y dejarías que todo pase.

13. Prefieres un maestro que use...

- A) diagramas, gráficas, mapas o tablas.
- B) preguntas y respuestas, pláticas, discusiones o conferencistas.
- C) guías, libros o lecturas.
- D) demostraciones, modelos o experimentos.

14. Terminaste un proyecto o examen y quieres retroalimentación. Prefieres...

- A) verla en gráficas o tablas.
- B) hablarla con alguien.
- C) leer una descripción escrita de tus resultados.
- D) ejemplos tomados de tu trabajo.

15. Quieres comprar una cámara digital nueva. Además del precio, lo que más influiría sería...

- A) que sea el diseño más nuevo y se vea bien.
- B) que el vendedor te lo explique.
- C) leer los detalles de sus funciones.
- D) probarla tú mismo/a.

Estilos de Aprendizaje

Calcula tu Puntaje

Cuenta cuántas veces marcaste cada letra y escríbelo abajo. ¡La caja con el número más alto es tu estilo de aprendizaje! Después puedes leer un poco más sobre cada uno aquí abajo.

Total de A:

--

= Visual (V)

Total de B:

--

= Auditivo (A)

Total de C:

--

= Leer/Escribir (R)

Total de D:

--

= Kinestésico (K)

Visual (V):

aprenden mejor viendo. Entienden más con imágenes, gráficas, diagramas, videos o instrucciones escritas.

Auditivo (A):



aprenden mejor escuchando. Entienden más con clases, discusiones, podcasts o pláticas.

Leer/Escribir (R):

aprenden mejor leyendo y escribiendo. Entienden más con libros, artículos, apuntes o escribiendo por sí mismos.

Kinestésico (K):



aprenden mejor haciendo. Entienden más cuando pueden moverse, tocar, construir o actuar.

Reflexión de la Sesión 5

1) Escribe tu estilo de aprendizaje y explícalo con tus propias palabras.

2) ¿De qué maneras puedes usar tu estilo de aprendizaje para ayudarte en la escuela secundaria?

3) Cuenta de una vez que quisiste aprender algo solo porque te parecía interesante. ¿Qué fue? ¿Cómo aprendiste sobre eso?

4) Cuenta de una vez que tuviste dificultad para aprender algo en una de tus clases. ¿Cómo solucionaste el problema?

Mi Exploración de Carreras

Tu carrera es tuya para planear y alcanzar. Usa esta hoja para pensar en cómo podrían ser tu carrera y tu vida.

Pasiones

¿Qué te gusta hacer?

1.

2.

3.

Fortalezas

¿En qué eres bueno/a?

1.

2.

3.

Estilo de Vida

¿Cómo quieres que sea tu vida de adulto?

1.

2.

3.

Intereses de carrera ¿Cuáles son 3 carreras que se alinean con tus respuestas de arriba?

1.

2.

3.

Obstáculos

¿Qué cosas necesitas superar para lograr tus metas? (Retos, dificultades, etc.)

1.

2.

3.

Apoyo

¿Quién o dónde te puede ayudar cuando necesites apoyo? (Personas, programas, etc.)

1.

2.

3.

Metas para High School ¿Qué puedes hacer en high school para ayudarte a llegar a donde quieres estar? (Oportunidades, clubes, programas, etc.)

1.

2.

3.

Mi Hoja de Logros

Mi Nombre: _____ Mi GPA: _____

High School al que asisto: _____

Adjetivos que me describen: _____

Clases Favoritas

Grado

¿Por qué es tu favorita?

Mayores Logros en la Escuela

Grado / Año

Actividades en la escuela

Grado

¿Qué responsabilidades tuviste?

Actividades fuera de la escuela

Grado

¿Qué responsabilidades tuviste?

Honores / Premios que he recibido: _____

Práctica de entrevista simulada

Empleador:

Hola, me llamo [tu nombre] y soy el gerente de [nombre de la empresa]. ¿Cómo te llamas?

Solicitante:

Hola, me llamo [tu nombre]. Gracias por reunirme conmigo hoy.

Empleador:

“¿Puedes contarme un poco sobre ti y tus fortalezas?”

Solicitante:

Comparte los adjetivos que usaste para describirte a ti mismo y tus fortalezas. ¿Cómo podrías usarlos para tener éxito en este trabajo?

Empleador:

Gracias. ¿Podrías decirme por qué quieres el puesto de [nombre del puesto]?

Solicitante:

[Hable sobre sus intereses y cómo podrían superponerse con las responsabilidades laborales].

Empleador:

“¿Cuáles son algunos pasatiempos o actividades en las que participas fuera de la escuela?”

Solicitante:

Habla sobre tus aficiones y actividades. ¿Eres líder en alguna de estas actividades? ¿Qué responsabilidades tienes?

Empleador:

Gracias por compartir. ¿Tienes alguna pregunta?

Solicitante:

[Haga una pregunta sobre el trabajo (no sobre el dinero).]

Empleador:

[Responda la pregunta]. “Gracias por reunirse conmigo hoy. Pronto nos comunicaremos con usted para informarle nuestra decisión”.

Solicitante:

Muchas gracias. Fue un placer conocerte.

Notas del empleador:

Entrevistas simuladas

Consejos y trucos útiles

Consejo n.º 1: ¡Llega temprano! Con tiempo suficiente para llegar a la entrevista, encontrar estacionamiento y la sala donde se realizará.

Consejo n.º 2: Recuerde siempre estrechar la mano al entrevistador antes y después de la entrevista.

Consejo n.º 3: Investiga la empresa y el puesto al que te estás entrevistando. Esto demuestra que estás preparado y que tomarás la iniciativa para obtener más información.

Consejo n.º 4: Prepárate para hablar de ti mismo. Los gerentes te preguntarán sobre tus fortalezas, debilidades y experiencias. Prepara tus respuestas con anticipación.

Consejo n.º 5: No hables de dinero durante la entrevista. Una vez que recibas una oferta de trabajo, puedes negociar tu salario en ese momento.

Consejo n.º 6: ¡Vístete para triunfar! Usa ropa apropiada y asegúrate de que tu peinado y maquillaje sean profesionales.

Consejo n.º 7: Siempre haga preguntas al final de la entrevista. Los gerentes preguntarán: "¿Tiene alguna pregunta?". Pregunte algo como: "¿Cómo es un día típico en este puesto?" o "¿Qué es lo que más le gusta de su trabajo?". Recuerde: ¡usted los está entrevistando, tanto como ellos lo están entrevistando a usted!

Consejo n.º 8: Envíe un correo electrónico o una tarjeta de agradecimiento unos días después de la entrevista. Esto demuestra su entusiasmo por el trabajo y respeto por el tiempo del gerente.

Razones comunes por las que no se contrata a personas

Falta de esfuerzo puesto en la apariencia

- Falta de entusiasmo o sin objetivos
- Llegar tarde a la entrevista
- No hacer preguntas sobre el trabajo o la empresa.
- Lenguaje corporal deficiente, como falta de contacto visual, encorvarse, etc.
- Hablar mal de empleadores anteriores
- No puedo comunicarme con claridad
- No ser educado
- Clara falta de preparación

Reflexión de la Sesión 6

1) ¿Qué es una cosa que quieres practicar para sentirte con más confianza cuando tengas una entrevista?

2) ¿Qué cosas puedes hacer en la escuela secundaria que serían buenas para poner en tu hoja de logros? (Clubes, oportunidades de liderazgo, voluntariado, etc.)

3) ¿Cómo te sientes sobre ir a la escuela secundaria?

4) ¿Qué quieres lograr todavía en 8.º grado para prepararte para el próximo año?

5) ¿Qué es lo que más te emociona sobre tu posible camino de carrera?

Impresiones

¡Ponte en el lugar de otra persona! En esta actividad, piensa en cómo los grupos de personas de abajo te ven según tus palabras, acciones y el ambiente en el que te observan, etc. Solo puedes marcar 5 palabras para cada grupo. Después de completar las columnas azules, detente hasta que tus mentores te den las siguientes instrucciones.

Características	Padres y tutores	Amigos	Personas que conoces por primera vez		Cómo quieres que te vean
Creativo/a				P a r a	
Sarcástico/a					
Perezoso/a					
Buen oyente					
Organizado/a					
Enérgico/a					
Distante					
Chistoso/a					
Cariñoso/a					
Terco/a					
Observador/a				A q u í	
Seguro/a					
Tranquilo/a					
Irritable					
Inteligente					
Serio/a					
Tolerante					
Crítico/a					
Honesto/a					
Callado/a					
Motivado/a					
Adaptable					
Sociable					
Resiliente					

Reflexión de la Sesión 7

1) Cuando estés en la escuela secundaria este otoño, ¿qué es una cosa que recordarás de True2U?

2) Escribe 3 cosas que aprendiste sobre ti mismo(a) este año.

3) ¿Cuáles son 3 cosas que quieres lograr en la escuela secundaria?

4) ¿Qué preguntas todavía tienes sobre la escuela secundaria, después de la secundaria y sobre las carreras?