

RECURSOS PARA FACILITAR LA AUTOORIENTACIÓN.

La autoorientación, al igual que la orientación académica y profesional, implica el desarrollo de una serie de capacidades:

Capacidad para conocerse: capacidades, habilidades, valores, rasgos, intereses, etc.

Capacidad para conocer el sistema educativo y el mundo laboral: diferentes estudios e itinerario, profesiones, habilidades que se requieren, etc.

Capacidad para tomar decisiones: plantearse las alternativas, valorar riesgos y beneficios, priorizar opciones.

Como Instituto de Educación Secundaria, estamos dados de alta en el Proyecto Orión, que es una herramienta de la Universidad de Comillas que facilita por una parte el autoconocimiento del alumno para la posterior toma de decisiones y por otra, el conocimiento de las distintas posibilidades educativas.

<https://web.upcomillas.es/myvip/alumnos/>

Contraseña: rueda.

Código del centro: Os lo facilita vuestro tutor/a.

Pero existen muchos otros recursos que os pueden ayudar. Aquí os recogemos algunos que esperamos que os resulten útiles.

RECURSOS PARA DESARROLLAR EL AUTOCONOCIMIENTO.

Denominación	Fuente	Tipo
Conoce tus habilidades.	http://www.todofp.es/orientacion-profesional/	Información relacionada con la Formación Profesional.
Programa para elegir FP	http://fpbide.com/es/	
Nora (Herramienta para encontrar mi camino en la FP).	http://nora.educacion.navarra.es/nombre	
	https://www.descubrelafp.org/orientate/orientacion-vocacional/	Videos para facilitar el autoconocimiento, describiendo los distintos ámbitos:
Tu estrella polar	http://testorientacion.uchceu.es/es/questionnaire	Test
wikigrado	https://wikigrado.com/#inicio	app con información de grados universitarios y explicación de profesionales a través de videos.

Eres lo que te gusta.	https://fundacionadecco.org/recursos_/eres-lo-que-te-gusta-fundacion-adecco.pdf	Guía que ayuda a conocer las competencias.
Test de orientación GR	https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/como-escoger-unos-estudios-profesion/descubre-como-eres/	Test
Qué vas a estudiar	http://quevasaestudiar.com/test-vocacional/	Test
Test de inteligencias múltiples.	https://www.psicoadictiva.com/tests/inteligencias-multiples/test-inteligencias-multiples.htm	Test

RECURSOS PARA SELECCIONAR INFORMACIÓN ACADÉMICA.

Denominación	Fuente	Tipo
Espacio madrileño de enseñanzas superior.	http://www.emes.es/emes/tabid/195/ctl/Privacy/Default.aspx	Portal web con la información de los estudios superiores de la Comunidad de Madrid.
Todo FP.	http://todofp.es/que-como-y-donde-estudiar/que-estudiar.html	Portal web del Ministerio de Educación y Formación Profesional con toda la información sobre FP
Cuaderno de orientación académica y profesional. Comunidad de Madrid.	https://cuadernodeorientacion.educa2.madrid.org/inicio	Guía.
Qué estudiar y dónde en la Universidad	https://www.educacion.gob.es/notasdecorte/compBdDo	Portal del Ministerio de Ciencia innovación y Universidades con información de las universidades españolas.
Uniscopio	https://uniscopio.com/	Portal Web.
Elige tu grado.	https://eligetugrado.es/inicio/	Portal Web.
Descubre la FP (Fundación Atresmedia y Mapfre)	https://www.descubrelafp.org/informate/	Portal Web.
Diccionario de profesiones de educaweb	https://www.educaweb.com/profesiones/	Portal Web.
INCUAL las familias profesionales.	https://incual.mecd.es/administracion_cualificaciones	Guía.

RECURSOS PARA EL ACOMPAÑAMIENTO EN LA TOMA DE DECISIONES.

Denominación.	Fuente.	Tipo.
Cómo elegir una carrera que te encante.	https://yaq.es/reportajes/elegir-carrera	Reportaje.
Las 10 formas de elegir mal los estudios una o más veces.	https://yoriento.com/2007/06/10-formas-de-elegir-mal-estudios-profesiones-carrera-orientacion-profesional.html/	Blog.
Cuatro preguntas para decidir	https://orientaguia.wordpress.com/2016/04/13/4-preguntas-para-decidir/	Blog.

RECURSOS PARA MADRES Y PADRES.

¿Cómo orientar profesionalmente a tu hijo? Manual práctico para padres.	http://orientaratuhijo.com/	Guía
Guía para familias de la Comunidad de Madrid.	https://guiaparafamilias.educa2.madrid.org/	Guía
Entrevista BBVA José Antonio Luengo	https://www.youtube.com/watch?v=1A8LWR6ggJo	Video (entre el minuto 4 y el 11, trata el tema de la toma de decisiones).

Fuentes:

- APOCLAM. Edición especial "Juntos por la orientación". Boletín edición especial marzo 2020.
- Blog Mónica Diz Orienta: <https://monicadizorienta.blogspot.com/>