

# INTERESES PROFESIONALES

Expresiones más frecuentes:

"Generalmente yo no sé bien lo que me gusta".

"Yo soy inestable y nunca tengo claro o estoy conforme con lo que elijo"

"No me gusta nada bastante...porque ninguna resulta más interesante"

"A mi me gustan demasiadas cosas, y me cuesta ver preferencias

## ¿Qué es el interés?

**El interés** se distingue porque te produce **curiosidad y le atribuyes una importancia mayor que al resto de las cosas.**

**El gusto** produce **placer, entretenimiento y reconforta realizarlo.**

Los intereses los podemos expresar en tres niveles:

### Rechazos

Te niegas a realizarlos. Se expresa como: "¡no, a mí no me den eso!... se me hace cuesta arriba hacerlo, me da pereza y cuando tengo que realizarlo, siempre lo dejo para última hora."

### Intereses medios

Son intereses que luego de incursionar en ellos, se satisfacen y no vamos más allá. Se expresan como: "sí, me gusta, pero nunca tanto como para dedicarle la vida a esto". O lo encuentras adecuado en otras personas pero no es algo como para ti, no te ves haciendo eso.

### Altos Intereses

Es lo que inspira, genera energía, se logra concentración, es decir nada te distrae. Se expresa como "esto me gusta mucho, se me va el tiempo cuando hago esto..."

## Cómo detectar los intereses

Para detectarlos debes dedicarte sólo a la observación de características personales puntuales como actividades de agrado, cosas que te llaman la atención, lo que te entretiene, etc., y **por ahora no pensar** en una carrera determinada, ciclo formativo, ni en pros y contras de una elección, ni tampoco consideraciones de beneficios monetarios...

Al considerar tus gustos no debes pensar solamente en asignaturas académicas, o hobbies bien conformados, sino también en aspectos que al parecer son más insignificantes, o detalles. Por ejemplo: "cuando viene una amiga a mi casa me gusta cuando nos hacemos peinados nuevos" ó "me entretiene y me llama la atención observar el comportamiento de los peces de mi acuario", etc. Pueden ser observaciones en cuanto a una actividad, pensamientos, tipos de lectura, tipos de ambiente, etc., hasta lo que te pueda parecer más insignificante.

Cuando algo te agrade, trata de precisar en qué aspecto te agrada.

Por ejemplo para la siguiente afirmación: "me llama mucho la atención observar las hojas y flores de las plantas"

Pueden agradarte fundamentalmente en el aspecto estético, por sus colores, la belleza de sus formas y texturas o mas que nada en el aspecto biológico por sus características estructurales, por el tipo de planta, por lo que tiene en común con otras plantas (familia de plantas a que pertenece), por sus propiedades medicinales, por saber el tipo de suelo en que crecen, etc. Estos son dos aspectos diferentes por los que te puede llamar la atención.

## Ayúdate respondiendo las siguientes preguntas:

- ¿Qué cosas encuentro **entretendidas**?
- ¿Qué me produce **curiosidad**?
- ¿En qué cosas siempre **me fijo** y no pasan desapercibidas para mí?

- ¿En qué cosas **percibo los detalles** y éstos tienen significado o sentido para mí (me dicen algo)?
- De los temas que se hablan a mi alrededor, ¿a cuáles siempre pongo **atención**?
- ¿Qué cosas despiertan en mí **energía**?
- Cuando llega una revista a mis manos, ¿qué **tipo de artículos**, son los que leo primero?
- Cuando recorro los canales de televisión, ¿en qué **tipo de programas** me detengo, aparte de los de entretenimiento?