

Documento Exploratorio para Familias

Introducción

La transición de la escuela secundaria a la universidad es un gran paso, tanto para los estudiantes como para sus familias. La transición afectará a cada persona de manera diferente, y es importante que las familias fomenten un ambiente con comunicación abierta a medida que sus estudiantes se adaptan a esta nueva forma de vida. Acostumbrarse a la Universidad de Florida es un proceso y esto no ocurrirá de la noche a la mañana. Ser un facilitador de información puede ayudar a su estudiante a encontrar la información que necesita para responder a sus propias preguntas. Su estudiante puede tener preguntas sobre muchos temas a medida que se asientan, y esperamos que la información que se encuentra a lo largo de esta guía pueda servir como ayuda para encontrar respuestas a las consultas de sus alumnos.

Por encima de todo, le felicitamos. Al leer esta guía, está demostrando su compromiso con su estudiante y disposición para ayudarlo a explorar especialidades y carreras opciones en la Universidad de Florida.

Descripción General

¿Qué es “Exploratorio” y qué significa para su estudiante?

“Exploratorio” es una clasificación que los estudiantes pueden elegir si aún no se han decidido por una especialidad. Los estudiantes exploratorios tienen un mayor grado de libertad para tomar clases de múltiples facultades/disciplinas y no tiene que preocuparse tanto por cumplir con los requisitos de seguimiento para una especialidad en particular. Sin embargo, los estudiantes deben tener un propósito en todas sus decisiones, particularmente cuando se trata de elegir clases para el siguiente semestre, para asegurarse de que tomen cursos para “probar” posibles especialidades. También deben ser responsables de reducir la lista de especialidades de UF a una que se ajuste a sus aspiraciones y habilidades. Los estudiantes exploratorios necesitarán declarar una especialidad antes de matricularse para su cuarto semestre de otoño/primavera (o su cuarto período de primavera/verano si está en la Academia de Innovación). Hemos encontrado que la mayor preocupación con respecto a la vía exploratoria es la idea de que los estudiantes se retrasarán si no están en una especialidad al momento de matricularse en la Universidad de Florida. Afortunadamente, esto no suele ser el caso. Cada estudiante que se gradúa de la Universidad de Florida necesita por lo menos 120 horas para graduarse, y todos los cursos de nivel universitario que el estudiante tome contarán para estas horas. Los cursos utilizados para explorar especialidades también pueden contar para los requisitos de educación general, dobles especialidades, menores, o certificados que también están disponibles en la Universidad de Florida. Además, los datos recopilados a lo largo de los años reflejan que los estudiantes que han declarado una especialidad al ingresar a UF tienen un 61% de probabilidad de cambiar de especialidad dentro sus primeros dos años de todos modos.

Trayectorias

Hay tres trayectorias dentro de lo que es la opción exploratoria. Estas trayectorias se pueden ver más como áreas de enfoque basadas en el interés primario de su estudiante mientras aún les da a los estudiantes la libertad de explorar diversas áreas de interés. De hecho, ¡alentamos a los estudiantes a explorar activamente todas las disciplinas que les atraen! Las trayectorias exploratorias se enumeran a continuación:

- **Explorando la ciencia y la ingeniería**
Ejemplos: ingeniería, química, ciencias de la salud, recursos forestales y conservación
- **Explorando las Ciencias Sociales y del Comportamiento**
Ejemplos: Educación, Psicología, Economía de Alimentos y Recursos
- **Explorando Humanidades y Letras**
Ejemplos: Inglés, Música, Arte, Periodismo, Filosofía, Lenguas Extranjeras

Cronología

Los estudiantes de primer año, independientemente de la cantidad de crédito entrante que hayan obtenido, pueden ser exploratorios durante sus primeros tres semestres de otoño/primavera de inscripción o los primeros tres semestres de primavera/verano si están en la Academia de Innovación). Pero es importante tener en cuenta que un estudiante puede declarar una especialidad en cualquier momento dentro de estos tres semestres. Para elegir una especialidad, los estudiantes deben tomar varios pasos de acción importantes para comprender sus opciones, obtener información relevante y decidir dentro del marco de tiempo la especialidad que mejor se adapte a ellos (con el entendimiento de que los estudiantes pueden cambiar de opinión). Para tener una idea de lo que puede implicar este proceso y para motivar a su estudiante a lo largo del camino, puede resultar útil revisar este [cronograma sugerido](#).

Comprender su impacto en la decisión de carrera de su estudiante

Cada estudiante maneja la toma de decisiones importantes y profesionales de manera diferente. Algunos sienten que pueden manejarlo solos, mientras que a otros les gusta hablar con otra gente (maestros, padres, amigos, profesionales en su campo de interés) en cada paso del proceso. En todas sus interacciones juntos, recuerde que la forma en que su estudiante maneja las decisiones puede ser muy diferente a la suya. Mire hacia atrás sobre cómo su estudiante ha tomado decisiones en el pasado para obtener una mejor comprensión de cómo puede elegir una especialidad y/o carrera y darse cuenta de cómo puede ayudarle mejor a lo largo del proceso.

Las investigaciones han demostrado que las familias tienen un impacto significativo en las metas ocupacionales de sus estudiantes. Los estudiantes pueden estar buscando aprobación o apoyo o pueden seguir la trayectoria profesional de personas importantes en sus vidas. Los estudiantes pueden interiorizar expectativas o aspiraciones de los padres de comportamientos

e interacciones, por ejemplo, si un padre dice que el estudiante puede elegir cualquier cosa, pero frecuentemente menciona la misma ocupación o especialidad como buena opción.

Algunos miembros de la familia pueden involucrarse inconscientemente en las decisiones que toma el estudiante debido a su propia insatisfacción laboral. Como una persona importante en la vida de un estudiante, todos sus comentarios, creencias e interacciones pueden afectar consciente o inconscientemente los pensamientos de un estudiante.

Como miembro de la familia de un estudiante exploratorio, es importante que se familiarice con lo que significa ser exploratorio, así como con las fechas críticas, los recursos del campus y los requisitos académicos. Toda esta información es pertinente para el éxito de su estudiante en la universidad. Este puede ser un momento de estrés para su estudiante, pero también de gran emoción. En UF, hay muchos recursos disponibles para brindar apoyo y aliento para ayudar a aliviar parte de este estrés, pero la familia a menudo puede ser el mayor apoyo, especialmente durante este período de incertidumbre en la vida de su estudiante.

Pasos para elegir una especialidad

El equipo de asesoramiento para los estudiantes exploratorios ha desarrollado un curso gratuito y sin calificación en Canvas para guiar a los estudiantes a través del proceso de exploración principal. El curso les da a los estudiantes acceso a actividades, entrevistas, videos de asesores, TEDTalks, folletos y otros recursos útiles para apoyarlos a través de su viaje exploratorio. Los estudiantes pueden matricularse haciendo clic en el enlace "Enroll in Exploratory Roadmaps" en la [página de asesoramiento para estudiantes exploratorios](#). La información está organizada en cuatro pasos generales y cada paso incluye objetivos para la reflexión y la acción. Para encontrar una especialidad se requiere que el estudiante sea proactivo y responsable, y usted puede animar a su estudiante a consultar Exploratory Roadmaps como guía sobre cómo desglosar el proceso.

Contactos Académicos

El Centro de Asesoramiento Académico (AAC) es el punto de contacto para todos los estudiantes exploratorios. El AAC está ubicado en Farrior Hall, y su número de teléfono es 352-392-1521. Los asesores en la AAC pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar horarios semestrales para mantenerse al día en varias especialidades, pero los estudiantes exploratorios también pueden ser referidos a los asesores en las facultades individuales para determinar si son elegibles y competitivos para su(s) especialidad(es) de interés.

I. Autoevaluación

Incluso antes de explorar opciones, es crucial que los estudiantes entiendan sus intereses, habilidades, personalidad, y valores. Los estudiantes pueden utilizar [C.H.O.M.P.](#), "Ayuda profesional para la planificación principal", una autoevaluación en línea facilitada por el Centro de Conexiones de Carrera de UF, que los ayudará a comprender estos aspectos personales, sus cualidades, y explorar opciones. El módulo "Descúbrete a ti mismo" en Exploratory Roadmaps incluye enlaces a evaluaciones adicionales.

Fuera de las evaluaciones estructuradas, los estudiantes pueden reflexionar sobre las actividades en las que han estado involucrados dentro y fuera de la escuela para identificar también áreas de interés para ellos y áreas en las que ya sobresalen. Buscando especialidades que se conectan con lo que disfrutamos hacer y en lo que tenemos talento tiene la ventaja adicional de que generalmente se traduce en éxito académico.

II. Explorar opciones educativas

Hay una variedad de formas para que los estudiantes exploren sus opciones mientras están en UF. Los métodos recomendados se enumeran a continuación:

- Lea el [Catálogo Pregrado](#) para obtener una descripción general, los requisitos de seguimiento críticos y futuros cursos semestrales para cualquier especialidad de interés.
- Hablar con los [asesores académicos](#) en la(s) facultad(s) que ofrece(n) la(s) especialidad(es) en la(s) que está interesado.
- Tomar clases introductorias optativas o específicas de especialidad. Tómese el tiempo para hablar con aquellos profesores cuyas clases está disfrutando para obtener más información sobre sus campos.
- Visite "[¿Qué puedo hacer con una especialidad en...?](#)" para ver ocupaciones comunes que se correlacionan con especialidad específicas

En el módulo "Explorar opciones educativas" de Exploratory Roadmaps, los estudiantes obtienen acceso a recursos y actividades que les enseñen cómo ver las especialidades bajo una luz diferente. Esta nueva perspectiva debe revelar cualidades sobre carreras que quizás no eran conocidas para los estudiantes de antemano. Una vez que un estudiante compara estas cualidades con sus valores, intereses, personalidad y habilidades, incluso podrían comenzar a notar carreras que antes estaban pasando por alto.

III. Explorar opciones de carrera

Las siguientes son formas recomendadas para que los estudiantes aprendan sobre carreras:

- Buscar oportunidades de pasantías
- Hacer trabajo voluntario
- Seguir a los profesionales en sus entornos de trabajo.
- Realizar entrevistas informativas
- Unirse a organizaciones estudiantiles directamente relacionadas con el desarrollo profesional en un campo específico
- Utilizar recursos como...
 - [Centro de Conexión de Carreras de UF](#)
 - [El Manual de Perspectivas Ocupacionales](#)
 - [O*Neto](#)
 - [MiPlan](#)

Esta investigación debe proporcionar una comprensión más profunda del conocimiento, las habilidades y la experiencia que conllevan al éxito en un campo determinado. A su vez, los estudiantes pueden comenzar a comprender que muchas carreras tienen habilidades transferibles que los preparará para trayectorias profesionales similares.

IV. Decidir y evaluar la elección principal

En el tercer semestre, los estudiantes tendrán un bloque de registro en su cuenta que indica que es hora de declarar la especialidad. Si un estudiante todavía tiene preguntas sobre una especialidad o campo en particular, se le anima a reunirse con el personal de Centro de Conexiones de Carrera o con asesores académicos específicos de la facultad.

Para declarar una especialidad, un estudiante debe ir a la facultad que alberga esa especialidad. Cada facultad maneja este proceso de manera diferente y es mejor seguir sus instrucciones específicas. Todos cambiamos a través de la experiencia, y estos cambios pueden afectar las decisiones anteriores tomadas. Por lo tanto, siempre es importante que los estudiantes con frecuencia realicen autoevaluaciones como lo hicieron en el Paso I. Los estudiantes deben preguntarse, “¿Cómo me siento en las clases principales para la especialidad? ¿Esas clases cubren material que disfruto? ¿Puedo verme a mí mismo en este tipo de clases durante varios semestres?” Estas preguntas pueden ayudar a un estudiante a entender si la elección principal fue la correcta o no, y si necesitan o no reevaluar su decisión previa y otras opciones.

Vida post-exploratoria

Si un estudiante ha sido intencional con las clases que ha tomado, ajustándose a los requisitos de una especialidad recientemente declarada y sus requisitos de seguimiento específicos deben ser relativamente fluidos en el proceso. Después de declarar una especialidad, su estudiante debe considerar involucrarse en servicio o trabajo comunitario, organizaciones estudiantiles y/o experiencia en investigación para desarrollar las habilidades y conocimientos necesarios para sobresalir en su nueva disciplina. También es importante para los estudiantes adquirir experiencia práctica para evaluar si pueden verse a sí mismos en un campo en particular después de la graduación.

Es importante que su estudiante hable con un asesor académico al menos una vez al semestre para asegurarse de que él o ella está en el buen camino y está familiarizado con los muchos recursos específicos de la universidad disponibles. Siempre es posible cambiar de especialidad si la elección original no les queda bien o si encuentra una mejor opción; sin embargo, esta opción es cada vez menos realista cuantos más semestres el estudiante ha cursado. Para determinar si esta es una posibilidad, el estudiante debe hablar con un asesor académico en la facultad donde se alberga la especialidad que está considerando.

Material de Lectura

A continuación listamos varias publicaciones que puede leer o recomendar a su estudiante para ayudar con su toma de decisión sobre la especialidad y la carrera:

- *¿De qué color es tu paracaídas?* por Richard Nelson Bolles
- *¿Qué debo hacer con mi vida?* por Po Bronson
- *¿Te especializaste en qué?* por Katharine Brooks
- *La suerte no es un accidente* por John Krumboltz y Al Levin
- *La guía completa del idiota para descubrir tu carrera perfecta* por Rene Carew

- *El curso acelerado para padres sobre planificación profesional* por Marcia Harris y Sharon Jones
- *Ayudando a sus hijos con las carreras profesionales* por David Montross, Theresa Kane y Robert Ginn, Jr.

Recursos del Campus

Cada estudiante hará su transición de la escuela secundaria a UF de una manera única. Los estudiantes pueden beneficiarse de discutir sus experiencias nuevas, emocionantes y, a veces, abrumadoras con profesionales en nuestro [Centro de Consejería y Bienestar](#), ubicado en el lado oeste del campus. Anime a los estudiantes a utilizar este valioso recurso con la frecuencia que consideren adecuada. El Centro de Consejería y Bienestar también tiene información pertinente para [amigos y familiares](#). Los estudiantes pueden sentir presiones tanto internas como externas con respecto a su trayectoria profesional individual.

Las decisiones académicas que hayan tomado mientras están en la Universidad de Florida tendrán un impacto directo en sus vidas no solo mientras son estudiantes, sino también después de graduarse. El propósito del Centro de Conexiones de Carrera, ubicado en la Reitz Union, es ayudar a los estudiantes a abordar las preocupaciones relacionadas tanto con la academia como sus aspiraciones profesionales. Ofrecen asesoramiento de carreras, consejos de preparación para el trabajo o búsqueda de prácticas, así como otros servicios específicos para cada estudiante.

Conclusión

Ser un estudiante Exploratorio en la Universidad de Florida es una experiencia única. Estos estudiantes están en un camino de autorreflexión y están utilizando la multitud de recursos disponibles a medida que deciden qué especialidad se adapta mejor a ellos. Nuestros estudiantes pueden estar constantemente cambiando de opinión debido a influencias de la familia, compañeros, profesores, y también las muchas oportunidades para involucrarse con grupos y organizaciones del campus. Esperamos que esta guía haya sido útil para permitirle obtener información sobre su estudiante y todas las diferentes oportunidades disponibles para él o ella en la Universidad de Florida.