

¿Qué carrera estudiar? 5 tips para tomar una decisión

Francisco Larios, psicólogo y consejero estudiantil en [campus Hidalgo](#), comparte para **CONECTA** tips y recomendaciones al momento de seleccionar la **carrera** a la que un estudiante quiere **dedicarse**.

El psicólogo menciona que dentro de los aspectos más importantes a considerar en este proceso de selección se encuentran las cosas que te **gustan**, tus **habilidades**, **sueños**, **metas** y **contexto**, así como una **buen guía** en el **proceso**.

“Una de las cosas más importantes a la hora de seleccionar una carrera es entender que incluso el tener toda la certeza de qué carrera quieres estudiar, no necesariamente evitará sentir miedo o ansiedad sobre el futuro”, señala Larios.

Estos son los **5 tips** que nos comparte para saber **qué carrera estudiar**:

1. Tus gustos

Larios hace hincapié en la importancia de **prestar atención** a aquellas cosas que les **gustan** a las personas: las **materias**, **información**, **trabajos**, **experiencias**, **vivencias**, contenidos que se **disfrutan** y **agradan**; los cuales captan fácilmente su **atención** e **interés**, entre otros.

“Si contemplas las cosas que te gustan, que te generan apetito por conocer más o incluso hacer algún proyecto extraescolar solo por gusto, facilitará tu proceso de selección”, señala Larios.



2. Habilidades y facilidades

Francisco sugiere **revisar** las cosas en las que se tiene un buen **desempeño** y **facilidad**, las cuales no necesariamente deben **disfrutarse** o incluso **agradar**, ya que forman parte de los elementos que por **esfuerzo** o **naturalidad** se realizan **adecuadamente**.

“Antes de llegar a Psicología, cambié de carrera en tres ocasiones y está bien. Y hay quien elige a la primera y ahí se queda, y también está bien”, señala el psicólogo.

3. Investiga

“Es importante que en primer lugar, puedas revisar el programa académico de la carrera que vas a elegir”, señala el psicólogo.

Francisco menciona la importancia de **analizar los contenidos**, si estos son de temas que te **gustan**, para los que tienes **facilidad** o en los que tendrías **disponibilidad** de **invertir tiempo** para **aprenderlos**.

En segundo lugar, recomienda hablar con los **asesores académicos** de las carreras que sean de **interés**, ya que podrán **resolver tus dudas**, dar información sobre **materias** o **posibilidades profesionales a futuro** en esa carrera, vinculadas a **metas** y **sueños**.

"Prestar atención a aquellas cosas que les gustan a las personas: las materias, información, trabajos, experiencias, vivencias, contenidos que se disfrutan y agradan".

En tercer lugar, hablar con personas de **diferentes semestres** que estén estudiando la carrera que te interesa para preguntarles cómo ha sido su **experiencia**, **qué hacen**, **qué les gusta** y que puedan **resolver dudas** o aspectos en los que se tenga **curiosidad**.

Y, en cuarto lugar, Larios sugiere **hablar con personas** que **ejerzan la carrera**, hace poco o mucho tiempo, que puedan comentar qué hacen, **resolver dudas** y **compartir su experiencia**.



4. Lánzate con todo y miedo

El psicólogo menciona que una vez que se tiene esta **información** o una **noción** de lo que se quiere estudiar, es normal tener **inseguridad** al momento de elegir una u otra carrera.

“Elige con base en estos aspectos: tu experiencia, tus gustos, las cosas para las que eres bueno o buena y tus metas a futuro”, señala Larios.

Añade que, aunque sientas **incomodidad**, en toda decisión es importante saber que eliges a partir de la **mejor información disponible**.

5. Flexibiliza ideas

Francisco comparte que es **errónea** la idea de que **no puedes equivocarte** en la elección o que sería muy **catastrófico** hacerlo, creando **escenarios falsos** en la mente de las personas.

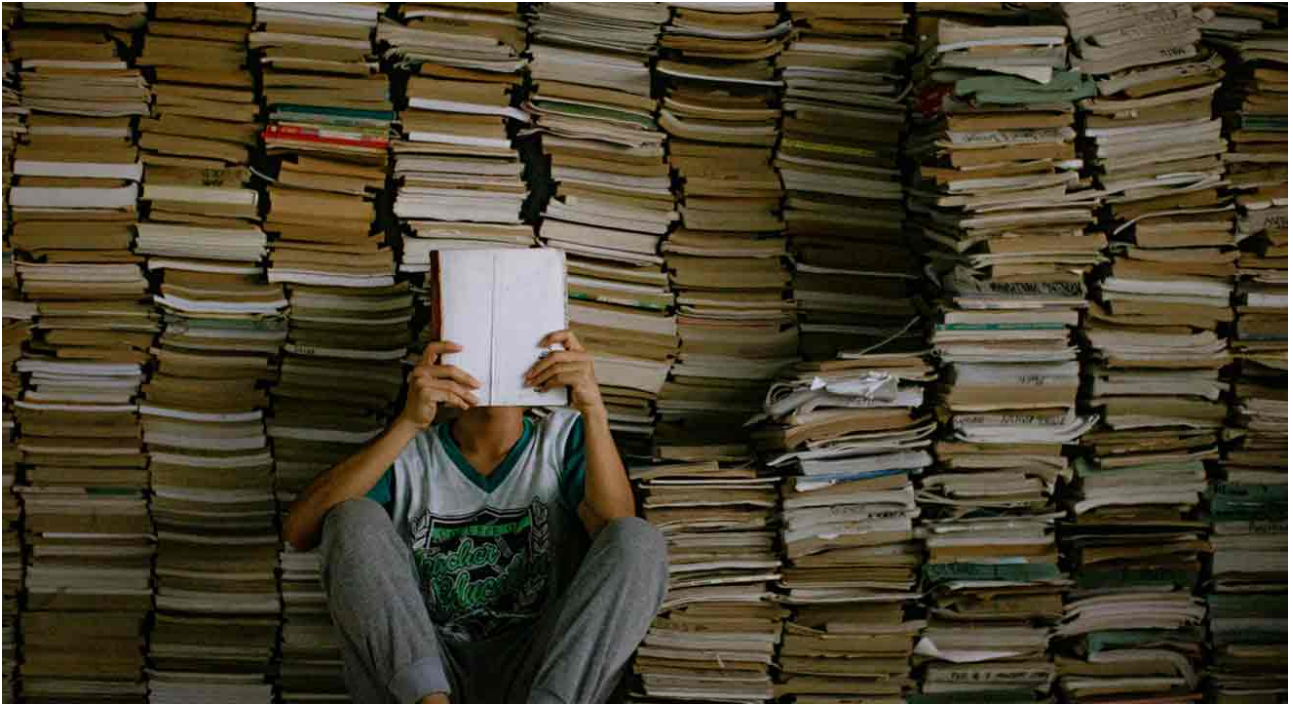
“Eres un ser humano, te vas a equivocar en muchas cosas. La elección de carrera puede ser una de ellas y no es mortal reconocer el error y cambiar el rumbo”, razona Larios.

Añade que es importante **flexibilizar la idea** de que siempre debes dedicarte a aquello que te **apasiona** porque sino estás **desperdiciando tu vida**. A veces se piensa que se debe tener un trabajo que se **ame** y **apasiona**, lo cual no es **necesariamente cierto**, si pasa, **genial**, pero si no pasa, tampoco es **malo**.

La idea errónea de que no puedes equivocarte en la elección o que sería muy catastrófico hacerlo, crea escenarios falsos en la mente de las personas.

El psicólogo menciona que es posible dedicarte a algo que satisfaga tus **necesidades económicas** y que, a la vez, te permita hacer esas otras cosas que **disfrutas hacer** y te **apasionan**.

“Flexibiliza la idea de que tu éxito depende de la carrera que estudies, solo tú defines esos estándares. Estudiar una carrera no siempre es suficiente para lograr ciertas metas, eres más que una carrera y ésta solo es una pequeña parte de ti”, planteó Larios.



Recomendaciones

Francisco Larios comparte que la **selección de carrera** es un **proceso** y **conjunto** de decisiones que pueden generar **ansiedad**, **miedo** o **incertidumbre**, ya que cuando no sabemos algo que consideramos importante y nos sentimos **presionados** a decidir, podemos sentir **emociones muy intensas**.

“Permítete validar las emociones que genera este proceso, infórmate, considera lo que quieres, busca apoyo para tomar una buena decisión sabiendo que eres más que eso y que el proceso no termina cuando eliges una carrera”, finalizó el psicólogo.