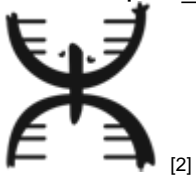


Carta a mi yo más joven: ¿Qué hacer cuando no sabes qué hacer? ^[1]

Enviado por [Antonieta L Salguero Rivera](#) ^[2] el 8 marzo 2018 - 6:34pm



Una de las decisiones más difíciles para la mayoría de los adultos jóvenes es elegir un camino profesional a seguir. En los Estados Unidos, aproximadamente un tercio de los estudiantes matriculados en programas de licenciatura cambiaron de concentración ([Centro Nacional de Estadísticas de Educación](#) [3]). Pero el desafío no termina ahí, ya que es aún más difícil saber qué hacer después de obtener el título de bachillerato o licenciatura. Hace diez años, cuando vivía en Ecuador y estaba tratando de descubrir qué hacer con mi vida, nunca me hubiera imaginado que iba a decidir obtener un doctorado en Biología Química. Ahora, estoy aquí, y aquí están las tres cosas más importantes que desearía haber conocido y hecho antes.

Encontrar un grupo de mentores: Rodéate de personas que puedan ayudarte a avanzar. Un mentor puede ser un maestro, un profesor o un profesional que trabaja y que está en una posición que usted desea ocupar. Personalmente, encontré un par de mentores de la facultad cuando declare mi título de pregrado y todavía nos las arreglamos para mantenernos en contacto. Lo más importante es construir y mantener una buena relación con esos mentores. Puede hacerlo estableciendo reuniones informales y manteniéndoles informadas sobre los hitos importantes en tu vida. Lo más importante es recordar que tu mentor está allí como una guía para ayudarte a tomar decisiones importantes con respecto al futuro de tu carrera, pero es tu responsabilidad aprovechar al máximo el tiempo y el asesoramiento que te brindan.

Sé un mentor / voluntario: Te sorprendería saber cuánto y cuán tan temprano puede comenzar a ayudar a otros. No necesitas estar en la cúspide de tu carrera para ser el mentor de otra persona. Esto no solo te ayudará a convertirte en un mejor aprendiz, sino que también desarrollarás tus habilidades de liderazgo. El voluntariado es también una excelente manera de aprender algo nuevo y la sensación de satisfacción que obtendrás al trabajar para lograr una causa significativa es invaluable. Puedes buscar organizaciones locales que reclutan voluntarios en tu institución actual o encontrar un club que se centre en el servicio comunitario.

Comience a desarrollar tus destrezas: Nunca es demasiado temprano: sé consciente de lo que haces con tu tiempo libre. Cuando somos jóvenes damos por hecho el tiempo, pero algunas cosas pequeñas, como empezar a aprender un nuevo idioma pueden marcar una gran diferencia en el mercado de trabajo. Hay muchas organizaciones que te ayudarán a lograr tus objetivos profesionales, y si estás pensando en la escuela de postgrado, el Programa McNair Scholars de su universidad es un ejemplo de una excelente manera de lograrlo.

La información que he compartido aquí puede no ser relevante para ti en este momento, pero piense en las mujeres jóvenes en tu vida y en los consejos que les darías. Compartir tus propias experiencias con ellas podría ayudar a formar su futuro.

Tags:

- [yale ciencia academy](#) [4]
- [mentoring](#) [5]
- [career advice](#) [6]

Source URL:<https://www.cienciapr.org/es/blogs/borinquena/carta-mi-yo-mas-joven-que-hacer-cuando-no-sabes-que-hacer>

Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/blogs/borinquena/carta-mi-yo-mas-joven-que-hacer-cuando-no-sabes-que-hacer> [2] <https://www.cienciapr.org/es/user/tiru4444> [3] <https://nces.ed.gov/pubs2018/2018434.pdf> [4] <https://www.cienciapr.org/es/tags/yale-ciencia-academy> [5] <https://www.cienciapr.org/es/tags/mentoring> [6] <https://www.cienciapr.org/es/tags/career-advice>