

LA CLAVE COLEGIAL

El objetivo principal de este boletín es proveer las claves para el éxito y desarrollo del estudiantado, además de los servicios que provee el [Proyecto RUMbo_EX](#) (Título V, "Pathways to Success: RUMbos para el Éxito") del Recinto Universitario de Mayagüez (RUM).

Vol. 1, Núm. 2
Junio 2019



MENSAJE EDITORIAL

LLEGÓ LA GRAN CELEBRACIÓN UNIVERSITARIA

La vida universitaria garantiza a los suyos un mínimo de dos momentos anuales de gran emoción, celebración y orgullo; el recibimiento de los estudiantes de nuevo ingreso y la graduación de una clase de estudiantes. Es a su vez una graduación para la institución, pues cierra el ciclo de su contribución al desarrollo personal y profesional de los estudiantes. En el Centro de Aprendizaje y Éxito RUMbo EX dedicamos este boletín precisamente a los graduandos y a la graduación del RUM de junio de 2019.

A los graduandos...

El Recinto les ha preparado académicamente para que sigan cuestionando y aprendiendo toda su vida y usen lo aprendido para bien de la sociedad en un trabajo o como fundamento para seguir estudios graduados o formación como investigadores. Confiamos que no haya sido fácil, que haya habido incertidumbres, cambios de planes, alegrías y desencantos, éxitos y fracasos durante su desarrollo académico y que todo ello les haya transformado y que en ese proceso hayan transformado también un poco a sus profesores y su universidad. Todos debemos haber aprendido más acerca de lo que somos capaces y sobre todo a no tener miedo ni a los retos presentes ni a los retos futuros. Sobre todo ustedes, nuestros graduandos, tienen la creatividad, la energía y la capacidad para buscar soluciones y ser flexibles en sus planes. No la pierdan, ni pierdan el humor para enfrentar los momentos difíciles; siendo así, se mantendrán jóvenes, sin importar el paso del tiempo y estarán bien; alcanzarán para ustedes y los suyos esa vida buena a la que aspiran, esas carreras y rumbos en los cuales se sientan a gusto. Están listos, no lo duden. Más tarde o más temprano tendrán esa vida que les apasione si luchan por ella.

Finalmente, no se pierdan su ceremonia de graduación. En el futuro atesorarán ese recuerdo de una comunidad universitaria orgullosa y cifrando grandes esperanzas en ustedes. En el Centro de Aprendizaje y Éxito les felicitamos y agradecemos su apoyo. Particularmente a cuantos nos visitaron e hicieron del Centro su lugar de estudio, su apoyo para asesorías de cursos, su lugar de lectura recreativa o asistieron a presentaciones de libros y talleres, recibieron consultorías de estrategias de estudio, consejería profesional y servicios de psicología clínica. Aquí en el Centro y en su Recinto les esperaremos de visita y siempre les veremos como parte de nuestra comunidad universitaria.

Tengan un grandioso porvenir.

Milagritos González Rivera, PhD
Coeditora



EL RITO DE PASAJE DE LA GRADUACIÓN

Por: Luis Javier Cintrón Gutiérrez, MA

Hace nueve años que soy egresado del RUM. Recuerdo que los flamboyanes daban noción de "Arco del Triunfo" frente al Coliseo Mangual y florecían en fechas cercanas a la graduación. Era emocionante ver cómo el RUM se engalanaba con banderas de todos los pueblos y países para recibir a "la cría colegial" y sus familias. Esa emoción no se da en un vacío. Desde las ciencias sociales podemos ver la graduación como un rito de pasaje en el cual muchas personas pasan de ser estudiantes a otra etapa. El recibir el diploma es un paso a la incorporación en el mercado del trabajo. También es una forma de trascendencia a la medida en que se supera el reto de aprobar 134 créditos o más y entran a otra comunidad, la de *alumni*.



Prof. Luis Javier Cintrón Gutiérrez
Autofoto

Para muchas personas, o por lo menos para mí, las fechas cercanas a la graduación fueron un remolino de ansiedades. Deseaba continuar estudios graduados, pues la experiencia obtenida en el RUM me abrió un panorama que quizás no hubiera tenido estudiando en otro lugar. Me enamoré de la investigación social gracias a grandes mentores que tuve en el camino a la graduación. Nunca hice un plan concreto para enfrentarme a la graduación y al fin de la vida como estudiante subgraduado. Mi lógica fue la *paniqueante* "¿ahora qué hago?" y la relajada "algo aparecerá". Verdaderamente no recomiendo esta lógica y les invito a que reflexionen y dialoguen con sus mentores/as/xs sobre qué desean hacer. Eso puede ser antes o después de la graduación.

Siendo un estudiante doctoral, mis incorporaciones en el *job market* han sido efímeras. Si desean entrar al mundo académico, mi invitación es buscar el programa que más se ajuste a sus intereses intelectuales. No está mal dar un cambio de Ciencias Políticas a Sociología o a Estudios Étnicos, pero no debe ser para escapar del desempleo. Sería la forma costosa y no recibirá una gran remuneración. La universidad más prestigiosa quizás en la lógica estadounidense puede ser muy determinante; pero en la soledad del Doctorado o el *job market*, hay muchos momentos que solo se desea el apoyo de un/a/x mentor/a/x que te diga "vas a llegar lejos".

Luis Javier Cintrón Gutiérrez es estudiante de doctorado de Estudios Culturales Latinoamericanos y profesor a tiempo parcial del Departamento de Lenguas, Literatura y Cultura en la Universidad Estatal de Nueva York en Albany (SUNY, por sus siglas en inglés). Obtuvo una Maestría en Sociología de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras (UPRRP, o IUPI, sus siglas coloquiales) Se graduó en el 2010 de la Universidad de Puerto Rico Recinto Universitario de Mayagüez (RUM) con un Bachillerato en Ciencias Políticas.

CONSEJOS PARA BUSCAR TRABAJO

Por: Margarita Carlo Cuebas, Directora Interina del Departamento de Colocaciones

Felicidades graduando, y éxito en tu vida profesional de ahora en adelante. A continuación, te proveemos una lista de cosas que debes hacer para buscar ese trabajo que te interesa y luego las cosas que debes hacer mientras consigues ese trabajo.

PARA TU BÚSQUEDA...

Conóctete BIEN y enfócate en tu objetivo

- ✓ Identifica tus mayores destrezas y conocimientos.
- ✓ Identifica oportunidades y lugares de trabajo dónde pueden ser necesarias o útiles.

Haz *networking*, usa el internet

- ✓ Informa a todos tus contactos que te gradúas y las destrezas y conocimientos que tienes.
- ✓ Si conoces personas que tengan tu misma preparación y exalumnos, escríbeles.
- ✓ Busca compañías que te llamen la atención, averigua oportunidades disponibles.



Margarita Carlo Cuebas
Foto suministrada

Prepara un buen resumé o *curriculum vitae* (asegúrate saber la diferencia y tenerlos ambos listos)

- ✓ Asegúrate de que esté al día y con toda la información importante y relevante.
- ✓ De tener duda, busca ayuda.

Prepárate bien para la entrevista en persona, por teléfono o en línea

- ✓ Averigua información de la empresa o agencia.
- ✓ Demuestra que escuchas con atención y calma.
- ✓ Vestimenta adecuada
- ✓ Practica posibles preguntas.
- ✓ Descansa y relájate antes de la entrevista.
- ✓ Asegúrate de poder hablar de tus mayores fortalezas y poder evidenciarlas si te lo piden.
- ✓ Debes poder hablar de las áreas que quieres fortalecer y del plan que tienes para superar lo que sea tu debilidad.

Que NO debes hacer para la entrevista

- ✓ Hablar demasiado por no querer esperar tranquilo y en silencio
- ✓ Comentarios negativos sobre otras personas o lugares
- ✓ Mentir
- ✓ Indicar que no tienes preguntas
- ✓ Preguntar sobre salario en la primera entrevista
- ✓ Reflejar nerviosismo o desaprobación
- ✓ Tener una página en Facebook donde muestres comentarios o fotografías comprometedoras

PARA MANTENERTE BIEN MIENTRAS CONSIGUES TRABAJO...

- ❖ NO TE QUEDES EN LA CASA esperando tu trabajo perfecto.
- ❖ Trabaja en algo al menos unas horas a la semana; vendiendo bizcochos, pintando casas, cortando grama, o cualquier opción temporal a tu alcance.
- ❖ Mantenerte activo, aunque sea con varios trabajos a tiempo parcial que no imaginabas hacer, mantendrá tu autoestima, te ayudará a seguir conociendo personas, y enriquecerá tu historial como persona luchadora y flexible.

En el Departamento de Colocaciones estamos para ayudarte a corregir tu resume. Nos puedes visitar en el 5to piso, Oficina 508 del Centro de Estudiantes o envía tu resume a: placement@uprm.edu.

ME GRADUO, ¿Y AHORA QUÉ?

Por: Norma Jean García Trabal, PsyD

¡Felicidades! Al fin llegó el día tan esperado, LA GRADUACIÓN. Es un momento donde te sientes alegre porque ya completaste una meta en tu vida y ves el fruto de tu trabajo, esfuerzo y sacrificio de varios años. También puedes experimentar un sentimiento de logro y satisfacción, pues lograste superar los obstáculos y frustraciones en tu vida universitaria. Pero a la misma vez puedes estar experimentando sentimiento de miedo, tristeza e incertidumbre. Todo cambio trae consigo una mezcla de todas estas emociones y entre ellas está la resistencia. Ya sea que te gradúas y te espera un trabajo en Puerto Rico o fuera de la isla, vas a continuar estudios graduados o todavía no tienes un plan establecido, puedes estar sintiendo distintas emociones.



Dra. Norma Jean García Trabal
Foto suministrada

Es válido experimentar miedo e incertidumbre porque entras en un mundo desconocido en el que debes luchar por ti mismo. Además, puedes experimentar nostalgia, especialmente si tú lugar de trabajo o estudio es fuera de la Isla. Si experimentas algunas de estas emociones, debes evitar aislarte, establecer una rutina, identificar un grupo de apoyo, evitar uso y abuso de sustancias, y si el malestar emocional persiste y afecta tus funciones diarias, debes considerar buscar ayuda profesional. Lo importante es que conozcas que es válido sentir todas esas emociones, que muchos al igual que tú están sintiendo lo mismo y lo más importante es lo que haces cuando las experimentas.

Si te gradúas y todavía no tienes un plan establecido, tranquilo, utiliza unas semanas para hacer actividades que te relajen y bajen el estrés acumulado. Toma tiempo para establecer metas, imagina en qué escenario te gustaría estar en un periodo de tiempo, analiza el mercado de la profesión que acabas de determinar, esto te puede ayudar a tener una visión más clara de tu futuro. Y si te sientes muy ansioso, triste o confundido recuerda que aún puedes beneficiarte tanto de la orientación de algún profesor de tu programa como de los consejeros profesionales, psicólogos y personal de la oficina de colocaciones del RUM.

La autora actualmente se desempeña como psicóloga del programa "Pathways to Success" de la Universidad de Puerto Rico Recinto de Mayagüez (UPRRUM). Obtuvo su Doctorado en Psicología Clínica en el 2004 de la Escuela de Medicina de Ponce. Se graduó en el 1999 de la UPRUM con un Bachillerato en Psicología.

DESPUÉS DE LA GRADUACIÓN... Y ANTES

Por: Krystalliá Valdés-Calderón, MA

Yo me hubiera ahorrado varios años desperdiciados si hubiese leído *There Is Life after College* (Hay vida después de la universidad) por Jeffrey J. Selingo (HarperCollins, 2016). Lamentablemente, al graduarme de escuela superior, solo estaba armada con los resultados de una prueba de aptitud. El autor ha hecho todo lo posible con su último libro para devolvernos nuestro libre albedrío a la hora de estudiar y obtener un empleo. Sustenta lo que dice con datos que provienen de diversos trabajos de investigación, encuestas y entrevistas con expertos en múltiples sectores.

La generación milenial se está tardando en lograr ciertas metas que asociamos con la adultez, pero Selingo no cree que sea su culpa. Él señala a las deudas estudiantiles y un pésimo mercado de trabajo como los verdaderos culpables. Nos cuenta que los *baby boomers* tenían una trayectoria simple de cómo llegar a una carrera de provecho. Solo había que obtener un grado asociado o bachillerato para obtener empleo. Él recalca que las universidades no están proveyendo a sus graduandos con todas las destrezas interpersonales y de pensamiento crítico necesarias para obtener y mantener el empleo añorado; por ende, un bachillerato sigue siendo importante, pero no es la única pieza del rompecabezas.

A cuál universidad asistes y qué haces antes, durante y después de la universidad son preguntas de suma importancia. Antes de asistir a la universidad, Selingo recomienda llevar a cabo experiencia práctica de *gap-year*, la cual debería de conllevar viaje, *networking*, trabajo con algún propósito y “preparación académica”. Admite que ir a una universidad de prestigio ayuda, pero es más importante participar en experiencias prácticas durante su trayectoria universitaria, como internados, cooperativas, aprendizajes con tutores y *makerspaces*. A la hora de escoger una universidad, exhorta que hay que seleccionar una institución que se distinga en lo que usted quiera estudiar y que ofrez-

ofrezca experiencias prácticas relacionadas a su disciplina. Para después de la graduación, algunas alternativas a la escuela graduada que ofrece son los *MOOCs*, entrenamiento vocacional y recursos en línea (por ejemplo, videos de YouTube y Khan Academy). Los graduandos con más éxito después de la graduación, nos dice Selingo, no son los que simplemente han pasado por experiencias prácticas, sino los que pueden transferir lo que han aprendido a otras áreas.

Al final del libro el autor acentúa la importancia de poder contar nuestra narrativa académica y profesional de una manera honesta y clara durante entrevistas de trabajo. En la narrativa explicarías quién eres y qué le motiva. En el libro se recalca la habilidad para promocionarse adecuadamente como necesaria durante la búsqueda de trabajo y después de obtener uno. En un empleo hay que saber convencer a otros de nuestras ideas y proyectos. Desafortunadamente, no todos los jóvenes adultos tienen las habilidades sociales necesarias para trabajar en equipo y persuadir a los demás, pero para eso están las experiencias prácticas.

Podemos concluir de *There Is Life after College* que es mejor que ponga sus esfuerzos en encontrar las experiencias prácticas necesarias que lo guiarán hacia la carrera profesional añorada sin necesidad de muchos desvíos. A pesar de que algunos consejos del libro tienen mejor disponibilidad en el contexto estadounidense, la información dada se puede transferir a nuestro contexto con oportunidades equivalentes. Por eso lo mejor es leer el libro entero como manual de guía y no como libro de referencia para sacarle el mejor provecho. No importa la etapa en que se encuentre en su carrera universitaria, le urge leerlo. Lo tenemos disponible en nuestra esquina de lectura en el Centro de Aprendizaje y Éxito, en Celis 011.



Actos de colación
Foto suministrada

¡VAMOS POR ELLOS!



David Rivera Polanco
Foto suministrada

Por: David Rivera Polanco

Desde el momento en que solicitamos admisión a nuestro amado Colegio, sentimos un suspenso único en nuestras conciencias que para aquellos que alcanzamos ser admitidos, sin saberlo, es el principio de una lucha que pocos completan. Por los pasados años hemos sido partícipes de una cultura que mientras nos preparaba, nos hacía partícipes de algo más grande que nosotros mismos. La vida, la sociedad y Dios nos proveen experiencias y oportunidades para nuestro crecimiento. Está en cada uno de nosotros el decidir qué uso le damos a cada una de ellas para alcanzar al ser humano que queremos ser. Aún más importante, nunca olvidemos a quienes aportaron a nuestro crecimiento, pues nadie alcanza su mayor éxito ni logra sus metas completamente solo. La vida es sumamente interesante, y es deber de cada uno reflexionar sobre la trayectoria individual desde escuela elemental hasta la actualidad donde ya “somos grandes”. Cuando éramos pequeños

nos decían que seríamos el futuro de Puerto Rico y del mundo, ahora nos llegó el momento.

Quien quiera tener grandes logros, deberá tener grandes sacrificios. ¡Vamos por ellos!

David Rivera Polanco es estudiante graduando del 2019 Recinto Universitario de Mayagüez (RUM). Obtendrá un Bachillerato en Ciencias Agrícolas en Protección de Cultivos. Ha trabajado de manera voluntaria en diversos proyectos y comités del Recinto y en el desarrollo del Centro de Aprendizaje y Éxito RUMbo EX como estudiante y como anfitrión para estudiantes de nuevo ingreso para el Programa PÓRTICO. Fue senador estudiantil, representante estudiantil alterno ante la Junta Administrativa y miembro del Consejo de Estudiantes de la Facultad de Ciencias Agrícolas y del Consejo General de Estudiantes. Actualmente, preside la 106ta Clase Graduanda del RUM. Una vez se gradúe espera trabajar y continuar estudiando simultáneamente.

LA CLAVE COLEGIAL

HORARIOS RUMBO EX

Centro de Aprendizaje y Éxito RUMbo EX, en Celis 011:

Sala de estudio
lunes - jueves, 8:00 am - 8:00 pm
viernes, 8:00 am - 4:30 pm
Asesorías de matemáticas
lunes - jueves, 1:30 pm - 8:00 pm
viernes, 1:30 pm - 4:30 pm

La Guarida, Sala de Servicios para Estudiantes de Nuevo Ingreso, en Chardón 003:

Asesorías de matemáticas
lunes - jueves, 1:30 pm - 8:00 pm
viernes, 1:30 pm - 4:30 pm

EQUIPO DE TRABAJO

Editora: Krystalliá Valdés-Calderón, MA
Coeditora: Milagritos González Rivera, PhD

CONTÁCTENOS

Para preguntas o comentarios acerca del boletín *La Clave Colegial*, favor de llamar al (787) 832-4040, ext. 6417.

También pueden comunicarse con la editora a su correo electrónico: krystallia.valdes@upr.edu.

Nos pueden visitar en el Centro de Aprendizaje y Éxito RUMbo EX, en Celis 011, o digitalmente en <https://www.uprm.edu/rumboex1/>.

También tenemos una página de Facebook: <https://www.facebook.com/RUMboEX>.

DIRECCIONES DIGITALES

Nuestro boletín se encuentra en las siguientes direcciones digitales:

<https://www.uprm.edu/rumboex1/boletin-la-clave/>
<http://tinyurl.com/la-clave-rum>

DIRECCIÓN FÍSICA

Universidad de Puerto Rico -
Recinto Universitario de Mayagüez
Centro de Aprendizaje y Éxito
Celis 011
259 Blvd. Alfonso Valdés Cobián
Mayagüez, PR 00680

DIRECCIÓN POSTAL

Universidad de Puerto Rico -
Recinto Universitario de Mayagüez
Centro de Aprendizaje y Éxito
Boletín *La Clave Colegial*
Celis 011
P.O. Box 9000
Mayagüez, PR 00680-9000

TABLA DE CONTENIDO

- 1 “Llegó la gran celebración universitaria” por Milagritos González Rivera, Ph.D.
- 1 “El rito de pasaje de la graduación colegial” por Luis Javier Cintrón Gutiérrez, M.A.
- 2 “Consejos para buscar trabajo” por Margarita Carlo Cuebas
- 2 “Me gradúo, ¿y ahora qué?” por Norma Jean García Trabal, Psy.D.
- 3 “Después de la graduación... Y antes” Reseña por: Krystalliá Valdés-Calderón, M.A.
- 4 “¡Vamos por ellos!” por David Rivera Polanco
- 4 Datos generales