MAPA INICIAL DE CARRERA

Tu punto de partida antes de decidir hacia dónde quieres llevar tu carrera.

NOMBRE	FECHA
Escribe aquí	Escribe aquí

Cómo utilizar esta plantilla

No es un examen. No hay puntuación ni una respuesta correcta.

Busca una fotografía suficientemente buena de tu situación actual. No necesitas resolver nada todavía: primero necesitas verlo con claridad.

Conserva la función. Adapta la forma. Puedes ampliar, reducir o modificar esta plantilla si otra estructura te resulta más útil.

01 · SITUACIÓN ACTUAL

Dónde estás realmente.

¿Dónde estás y qué posición ocupas?

¿Qué responsabilidades tienes y qué problemas resuelves realmente?

¿En qué tipo de organización o entorno trabajas?

¿En qué ocupas tu tiempo y qué grado de autonomía tienes?

¿A qué personas, decisiones o información estás expuesto?

Escribe aquí...

02 · LO QUE QUIERES CONSERVAR

Qué parte de tu situación actual sigue teniendo valor.

¿Qué funciona hoy y quieres proteger?

¿Qué perderías si cambiases de dirección o de contexto?

Piensa en trabajo, responsabilidad, autonomía, sector, personas, flexibilidad, ingresos, estabilidad, aprendizaje, ubicación, tiempo o cultura.

Escribe aquí...

03 · FRICCIONES

Qué quieres que cambie.

¿Qué te está limitando?

¿Qué ha dejado de funcionar?

¿Qué consume demasiada energía o genera estancamiento?

¿Qué parte de tu situación actual ya no quieres seguir manteniendo?

Describe la fricción sin convertirla todavía en una solución.

Escribe aquí...

04 · DIRECCIÓN PERCIBIDA

Qué posibilidades ves hoy, aunque todavía sean imprecisas.

¿Tienes alguna idea de hacia dónde quieres avanzar?

¿Ves una dirección clara, varias posibilidades o ninguna todavía?

Si no lo sabes, escríbelo. No fabriques certeza para completar el ejercicio.

Escribe aquí...

05 · DECISIONES E INERCIA

Cómo se ha construido tu trayectoria.

¿Qué partes de tu trayectoria elegiste deliberadamente?

¿Cuáles aparecieron simplemente como el siguiente paso disponible?

¿Qué decisiones tuvieron un efecto especialmente importante?

¿Qué oportunidades aceptaste porque encajaban con algo que querías construir y cuáles principalmente porque estaban allí?

Escribe aquí...

06 · LO QUE BUSCAS AHORA

Qué parece importante en la siguiente etapa.

¿Qué estás buscando ahora, sin intentar todavía redactar una Visión o una Misión?

¿Más responsabilidad, aprendizaje, ingresos, autonomía, impacto, seguridad, exposición, flexibilidad, cambio de entorno o una relación distinta entre trabajo y vida personal?

¿Qué tiene importancia para ti hoy?

Escribe aquí...

07 · MARGEN DE ACCIÓN

Qué controlas, sobre qué puedes influir y qué debes aceptar como condición externa.

¿Qué controlas?

¿Sobre qué puedes influir?

¿Qué está fuera de tu control?

¿Dónde estás dedicando recursos a algo sobre lo que apenas puedes actuar?

¿Qué decisión, conversación, información o exploración sí depende de ti?

Escribe aquí...

08 · RESTRICCIONES

Qué elementos reales deben entrar en tus decisiones.

¿Qué condiciones deben formar parte de tus decisiones?

Considera responsabilidades familiares, situación económica, ubicación, salud, movilidad, tiempo disponible, compromisos, necesidad de estabilidad, permisos o dependencias.

No ignores las restricciones: incorpóralas.

Escribe aquí...

09 · QUÉ TENDRÍA QUE CAMBIAR

Qué haría que el trabajo de DIRIGE hubiera merecido la pena.

Cuando termine DIRIGE, ¿qué tendría que haber cambiado en tu forma de comprender o gestionar tu carrera para que este trabajo haya tenido valor?

No necesitas prometerte un puesto o un resultado. Define el cambio que quieres producir en tu forma de decidir y dirigir.

Escribe aquí...

CIERRE

Resume tu punto de partida en tres frases:

Escribe aquí...

Recuerda

Este mapa es una fotografía de partida. No tiene que ser perfecto ni definitivo. Tiene que ser útil.