

**SERVICIOS**

# Plan B: ¿Qué hacer si el puntaje no alcanza para estudiar la carrera soñada?

Cuando los resultados de la PAES no son los esperados, muchos estudiantes se enfrentan al desafío de replantear sus opciones académicas. Los expertos aconsejan reflexionar sobre las áreas de interés, habilidades y capacidades para trazar un nuevo camino.



¿Me faltó estudio? ¿Gestioné mal mi tiempo? ¿Me puse ansioso? Reflexionar sobre estos aspectos es clave para entender los resultados. Quizá la combinación de varios factores influyó en un rendimiento bajo que impidió obtener una vacante en la carrera deseada. Ante esta situación, el llamado es a no perder la perspectiva. Hay más oportunidades, desde estudiar una carrera técnica, que no requiere puntajes PAES, hasta rendir nuevamente la prueba.

Los expertos coinciden en que es clave ver esta situación como una oportunidad. "Si no fue ahora, es el momento de repensar y analizar cómo lo hice, si mi elección era la correcta, y aprovechar el tiempo para investigar, prepararme y crecer también en lo personal", señala **Marisol Urrutia, directora de Admisión de la U. Central (UCEN)**. Además, enfatiza que "el rendimiento en una prueba no solo depende del conocimiento adquirido, sino también de la preparación previa. Como estudiante, debo reflexionar sobre mi desempeño y evaluar si mi objetivo era realmente alcanzable en esta ocasión".

**Mantener la calma**

**Roxana Chiappa, académica del Departamento de Educación de la U. de Tarapacá**, recalca la impor-

tancia de separar el resultado de la prueba de la autoestima: "No somos el resultado de una prueba. Es común que, ante un mal desempeño, surjan dudas sobre nuestras capacidades. Sin embargo, los pensamientos generan emociones y sensaciones que pueden parecer reales, pero no necesariamente reflejan la verdad sobre quiénes somos".

Además, sugiere adoptar una mirada realista y estructurar un plan de estudio a seis meses con hitos de evaluación. "Pedir apoyo a un compañero, profesor o amigo puede ayudar a monitorear los avances y ajustar la preparación según sea necesario", agrega.

**Explorar nuevas opciones**

Diseñar un plan alternativo requiere realismo y una conexión con la vocación y las capacidades individuales. Según **Carmen Gloria Núñez, directora de la Escuela de Psicología de la PUCV**, es clave enfocarse en áreas de interés y habilidades en lugar de carreras específicas. "Es fundamental identificar qué nos motiva realmente y reconocer en qué somos buenos. A veces, hay una brecha entre intereses y habilidades, lo que puede generar frustraciones", advierte.

También destaca la influencia del entorno en la toma de decisiones

académicas: "Las expectativas familiares, la presión social o el prestigio de ciertas instituciones pueden nublar la elección. Pensar en áreas más amplias facilita tener opciones claras".

Por ejemplo, quien se interesa por las ciencias puede explorar distintas disciplinas dentro de ese ámbito. Aquellos atraídos por el trabajo con personas pueden considerar carreras como psicología, trabajo social o pedagogía.

**Evaluar y rediseñar el plan**

Revisar los aspectos de mejora es un ejercicio necesario. El análisis debe ser exhaustivo y orientado a encontrar soluciones.

Marisol Muñoz (UCEN) recomienda no enfocarse únicamente en el error, sino en las oportunidades de mejora: "Es clave analizar la experiencia, identificar los errores y trabajar en función de ese análisis. Además, debemos reconocer que hay nuevas oportunidades y prepararnos mejor para ellas".

Si el problema es académico, es fundamental evaluar qué áreas requieren refuerzo o si es necesario mejorar el desempeño en una prueba en particular. "También es clave gestionar el aspecto emocional, ya que los nervios pueden jugar un papel determinante en el rendimiento", concluye.

**El camino a la educación superior no es lineal: existen alternativas como estudiar una carrera técnica, preparar nuevamente la PAES o buscar un trabajo part-time para ganar experiencia.**

**No caer en el sedentarismo**

Si la decisión es rendir nuevamente la prueba, la clave está en mantener la actividad. **Pablo Palma, director de Psicología de la sede Talca de la U. Autónoma**, subraya la importancia de la planificación: "Un horario estructurado y bien organizado, priorizando calidad sobre cantidad, marca la diferencia. El trabajo en equipo también ayuda a resolver dudas y evitar confusiones".

Para evitar la frustración mientras los amigos ingresan a la universidad, una opción es buscar un trabajo part-time, que fomente la disciplina y brinde experiencia laboral. Otra alternativa es aprovechar este tiempo para viajar o perfeccionar un idioma, una inversión valiosa para el futuro.