



GUÍA



DEFINE TU PERFIL PROFESIONAL.....	1
HERRAMIENTAS PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO.....	3
EL CURRÍCULUM VITAE.....	4
PROCESO DE SELECCIÓN.....	6



GUÍA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

La búsqueda de empleo es una tarea que debe ser estructurada y planificada. Se fundamenta en la puesta en valor de tus recursos y capacidades, de lo que has aprendido y de lo que sabes hacer con ello.

Antes de empezar la búsqueda de empleo es necesario conocer qué tipo de empleo se ajusta a tus características y a tus posibilidades.

DEFINE TU PERFIL PROFESIONAL



Para definir tu perfil profesional hay que reflexionar sobre cuáles son tus puntos fuertes y cuáles son tus débiles y sobre qué condiciones laborales te interesan.

Tu preparación

1. Hacer una valoración de

FORMACIÓN GENERAL:

Estudios (Primarios, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Ciclos formativos de Grado Medio o de Grado Superior); Programa de Iniciación Profesional, Programa de Formación en Alternancia con el Empleo...; Estudios Universitarios; Estudios de Postgrado.

FORMACIÓN ESPECÍFICA:

Cursos de Formación Ocupacional; Cursos de especialización, de idiomas, informática, etc.

EXPERIENCIA PRELABORAL Y LABORAL:

Prácticas realizadas, funciones y tareas; Trabajos realizados, funciones y tareas.

Tus Características Personales

2. Reflexionar sobre

¿Cómo te definirías?

Por ejemplo: Eres una persona = ABIERTA; SEGURA; ANALÍTICA; PUNTUAL; COLABORADORA; CON DON DE MANDO; FLEXIBLE; AMBICIOSA; RÁPIDA; ADAPTABLE; EMPRENDEDORA; PACIENTE; RESPONSABLE; ...

¿Cuáles son tus puntos fuertes y tus puntos débiles?

Si conoces tus puntos fuertes y tus puntos débiles puedes sacarle todo el partido. A los puntos débiles debes encontrarles el lado positivo y convertirlos en virtudes.



Condiciones

Laborales

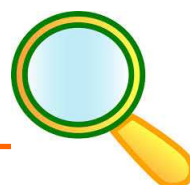
3. Recopila cuáles son tus preferencias, *por ejemplo*:

Trabajo individual	↔	Trabajo en Equipo
Contacto con el público		Sin contacto con el público
Trabajo con Desplazamiento	↔	Trabajo sin Desplazamiento
Lejos de casa		Cerca de Casa
Jornada Completa	↔	Media Jornada
Jornada Intensiva		Jornada Partida
Horario Flexible	↔	Turnos
Con Responsabilidades	↔	Sin Responsabilidades

Concretamos cuál es tu objetivo profesional y podemos conocer qué te falta para conseguirlo, tanto en el ámbito de la formación como de la experiencia.

Llegados a este paso, un punto a tener en cuenta es el cambio continuo que tienen las empresas en cuanto a selección de sus empleados y empleadas.

¿Qué buscan las empresas?





GUÍA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

La búsqueda de empleo es una tarea que debe ser estructurada y planificada. Se fundamenta en la puesta en valor de tus recursos y capacidades, de lo que has aprendido y de lo que sabes hacer con ello.

Búsqueda de empleo

Multicanal



Puede hacerse de muchas maneras. Los puestos de trabajo no están todos en un mismo sitio, así que tendremos que recurrir a muchos recursos para nuestro plan de búsqueda.

HERRAMIENTAS PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Fuentes de información para la búsqueda de empleo:





GUÍA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Para tu plan y estrategia en la búsqueda de empleo nadie mejor que tú sabe lo puedes aportar a una empresa.

En un entorno cambiante como en el que nos estamos moviendo es fundamental estar bien informado y transmitir en nuestro currículum vitae (CV) lo que sabemos hacer. No se busca un CV sólo bien hecho sino que refleje lo que puedes aportar a la empresa con tu trabajo.



EL CURRÍCULUM VITAE (CV)

El Currículum Vitae te presenta a la empresa. Describe tu formación y experiencia laboral. Con él la persona que haga selección de personal analiza si tus características personales y profesionales se adecúan al puesto de trabajo. Es un instrumento imprescindible para conseguir un trabajo.

Es un documento en constante actualización y modificación al que hay que dedicarle tiempo para elaborarlo. Según nuestro perfil y experiencia laboral puede ocurrir que necesitemos realizar más de un CV para buscar trabajo (si optamos a puestos de trabajo de diferentes perfiles profesionales es posible que lo que es importante para optar a uno no lo sea para optar a otro).

Un buen currículum es el que transmite el mensaje adecuado y lo hace rápidamente y de manera directa. Atrae la atención de quien lo lee.

Se tiene que lograr despertar el interés de la persona que nos puede contratar como para que nos dé la oportunidad de mantener una entrevista de trabajo.

Existen varias formas de redactar un CV para destacar lo que más nos interese para alcanzar nuestro objetivo y minimizar lo menos relevante en cada caso.

Con la llegada de las nuevas tecnologías han surgido nuevas opciones para elaborar nuestro currículum (videocurrículum; currículum 2.0; currículum web...) y es común rellenar formularios de currículum en Internet.



Recomendaciones Para tu CV



Utilizar páginas de tamaño DIN A-4.



Antes de elaborarlo puedes reflexionar sobre: **¿Qué quiero destacar?**; **¿A quién va dirigido?** y sobre **¿Cuál es tu objetivo?**



Intentar que sea **breve** (1 ó 2 folios). No conviene sobrecargar el CV con información que no sea importante ni imprescindible.

Hacerlo de **forma clara y ordenada**.

Ser **honesto**. Muestra tus mejores habilidades, resalta lo que quieres resaltar, tus logros, y maquilla los fracasos, pero nunca inventes.



No te olvides de dejar un **teléfono** de contacto.

La **dirección de correo electrónico** compuesta por nuestro nombre, apellidos y alguna fecha por ejemplo. Evitar el uso de apodos o palabras no apropiadas. Si es necesario crear una nueva cuenta exclusiva para temas laborales.



La **fotografía** que adjuntes que sea reciente y de tamaño carné.



Prestar especial atención a las faltas de ortografía y a la presentación.



Redactarlo **en tono positivo y optimista**.





GUÍA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

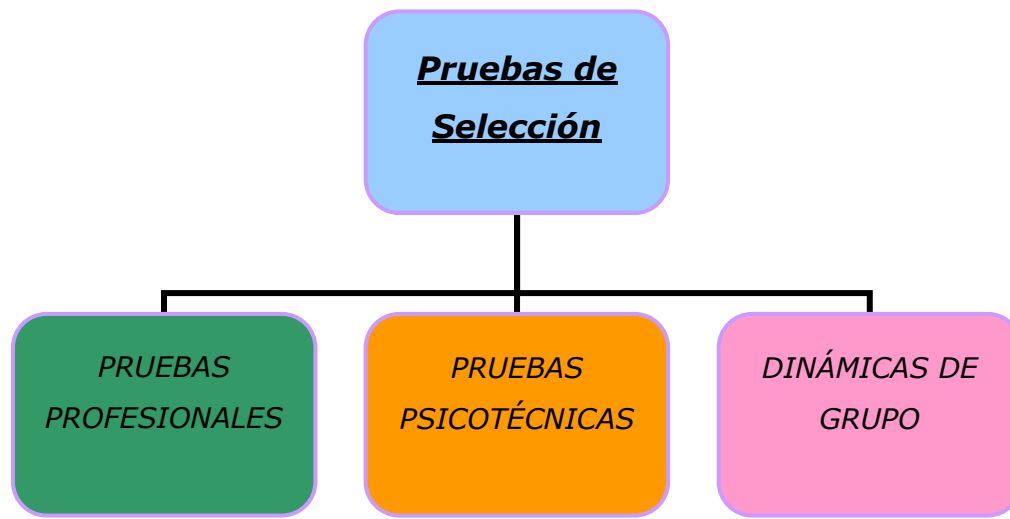
En tú búsqueda de empleo saber transmitir el perfil profesional que buscan las empresas en tu currículum te permite aumentar las posibilidades de ser elegido para un proceso de selección.

Las empresas realizan la selección de personal siguiendo varias fases: Publicación de la vacante; Recepción de candidaturas; Preselección y Pruebas de selección. Asimismo, reclutar personal será más o menos complicado dependiendo del puesto a ocupar y del tamaño de la empresa.



PROCESO DE SELECCIÓN

En **el proceso de selección** una empresa elige a una o varias personas para que ocupen uno o varios puestos de trabajo. Suele constar de dos fases diferenciadas: **las pruebas y las entrevistas**.



PRUEBAS PROFESIONALES

Evalúan conocimientos propios de una profesión mediante exámenes profesionales, cuestionarios técnicos, ejercicios de simulación,...

PRUEBAS PSICOTÉCNICAS

Evalúan el potencial del candidato. Se miden aptitudes y capacidades mediante pruebas de inteligencia general, numéricas, series de figuras y razonamiento abstracto,...

DINÁMICAS DE GRUPO

Evalúan el comportamiento de una persona dentro de un grupo valorando sus habilidades sociales e inteligencia emocional con simulaciones, situaciones reales, en grupo,...



**Algunos consejos sobre las
pruebas de selección**

PRUEBAS PROFESIONALES

Antes de empezar reflexiona y organízate el tiempo para realizar la prueba.

Ten claro lo que se pide y pregunta si tienes dudas.

PRUEBAS PSICOTÉCNICAS

Muchas pruebas están diseñadas para que no dé tiempo a finalizarlas.

Antes de empezar escucha atentamente las instrucciones.

Si no estás seguro/a o no conoces la respuesta continúa y déjala en blanco.

DINÁMICAS DE GRUPO



El resto de candidatos/as está igual que tú.

La idea es resolver el problema y no luchar contra los demás.

Mantén tu postura firme.

Interactúa con los demás y empatiza. Muestra tu capacidad de negociación.



La Entrevista



La **entrevista** suele ser determinante en la selección. Es el paso clave dentro del proceso de selección en el que se contrasta la información reflejada en tu currículum. Existen muchos tipos de entrevista en función del puesto al que estemos optando, pero suelen tener algunos elementos en común.

Independientemente de quién nos entreviste o de cómo sea la entrevista es fundamental **prepararse** para cualquier tipo de entrevista en la que nos podamos encontrar en cualquier momento. Estar preparados es importante para el éxito.

¿Cómo me preparo la entrevista?

Es importante ser puntual, cuidar el aspecto personal y tener claros tus objetivos profesionales. Recomendable recopilar información de la empresa y sobre el puesto de trabajo. Asimismo, se aconseja repasar posibles preguntas que puedan hacerte:

