**UNIDAD 1. BUSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO**

Introducción

Los ciudadanos vivimos una larga temporada de nuestra adultez dedicados al trabajo. Estar satisfechos profesionalmente va a depender de dónde y cómo trabajemos.

Una buena orientación e inserción en el ámbito laboral será imprescindible para acertar y estar motivados cada día con lo que hacemos.

Un buen proyecto e itinerario profesional nos ayudará a identificar nuestra identidad personal y profesional en el ámbito que nos rodea.

**1 | El mercado de trabajo. Estructura. Perspectivas del entorno**

El mercado de trabajo siempre está en cambio continuo. Debido a las últimas transformaciones económicas, sociales y tecnológicas, los solicitantes de empleo y su capacidad de adaptación serán fundamentales para acceder a este ámbito.

El mercado laboral es donde confluyen la oferta y la demanda de empleo. La oferta son todos los puestos de trabajo que ofrecen los empleadores y la demanda de empleo son los trabajadores que buscan trabajo (porque quieren incorporarse al mundo laboral o porque quieren cambiar de empleo).

Entre las causas que han provocado unos cambios sustanciales en el mercado de trabajo que hoy día conocemos están:

- Incremento de la población activa. El aumento de la población, el retraso en la edad de jubilación y un mayor número de mujeres que trabajan hoy día.

- Teletrabajo. Las nuevas tecnologías ayudan a que no sea siempre necesaria la presencia física de los trabajadores, permitiendo el trabajo online.

- Nuevas tecnologías. Gracias al uso de equipos de procesamiento de la información, robotización, etc.

- Globalización. No existen fronteras cuando hablamos del ámbito laboral. Esto nos hace valorar la importancia de dominar idiomas.

- Externalización. Las empresas hoy día requieren especialistas para ciertas tareas y prefieren este método a contratar a trabajadores propios.

Personas que integran el mercado de trabajo:

- Inactivos. Personas no activas como jubilados o estudiantes que no buscan trabajo.

- Activos. Personas que trabajan produciendo bienes o prestando servicios, o quisieran hacerlo.

\* Ocupados. Personas que por cuenta propia o ajena están trabajando (aunque temporalmente estén de baja por algún motivo).

\* Parados. Personas que no están trabajando pudiendo hacerlo, pero están buscando empleo de forma activa.

**2 | El proceso de búsqueda de empleo. Importancia de la formación permanente**

La búsqueda de empleo puede suponer al comienzo un poco de temor por tener que enfrentarse a determinadas tomas de decisiones, pruebas, entrevistas, etc. Realizar bien ese proceso y estar acompañado de formación y seguridad personal será un buen paso para tener éxito en la incorporación al mundo laboral.

Realizar un itinerario profesional al comienzo de todo este periodo será un buen punto de arranque para tener claro hacia dónde vamos. Tener buena actitud, positiva y de trabajo será fundamental. Buscar trabajo es en sí un trabajo.

La formación continua o permanente será la que mantenga a los trabajadores ocupados actualizados en su vida laboral, con los conocimientos y las aptitudes necesarias sobre las necesidades que las empresas requieren. De esta forma se podrá obtener la competitividad que buscan y alcanzar los beneficios adecuados.

**2.1 | Fuentes de información y oportunidades de empleo en Europa**

Existen muchas formas para la información y búsqueda de empleo, algunos de los más usados son los siguientes:

* **Servicio Público de empleo.** Están los Servicios Públicos de Empleo Estatal (SEPE) y los distintos Servicios de Empleo Autonómicos. Estar inscrito como demandante de empleo es muy importante. Además, podrás recibir información sobre cursos u ofertas de trabajo.
* **Amigos, conocidos, familiares...** Tu red de contactos debe saber que estás intentando buscar trabajo o quieres cambiarte de empleo. Este es uno de los métodos más usados y más eficaces.
* **Ofertas de empleo en la prensa**, digital o en papel, así como en otros medios de comunicación.
* **Redes sociales**. Hoy día no debemos menospreciar este método. En redes sociales puedes publicar que te encuentras en un momento de búsqueda activa y de esta forma, anunciarte a un número mayor de personas.
* **Empresas de trabajo temporal.** Se denomina empresa de trabajo temporal o ETT a aquella empresa cuya actividad fundamental consiste en poner a disposición de otra empresa usuaria, con carácter temporal, trabajadores que ella ha contratado. La contratación de trabajadores para cederlos temporalmente a otra empresa solo podrá efectuarse a través de empresas de trabajo temporal mediante autorización administrativa.

* **Unión Europea.** Existen organismos que te ayudan a acercarte a opciones de trabajo en todo el territorio europeo.

**2.2 | Oferta y demanda de empleo**

En el mercado de trabajo existe una oferta y una demanda de puestos de trabajo. La oferta de trabajo (el trabajo que se ofrece) que exista en una economía concreta dependerá de:

- El volumen de población activa. Si esta es mayor, será alta la oferta de trabajo.

- La cantidad de horas de trabajo que cada persona esté dispuesto a trabajar.

La demanda de trabajo va a depender del salario y de las condiciones del puesto que ofrezca el empresario. Las empresas están dispuestas a contratar siempre que los ingresos conseguidos por el trabajo de sus empleados sean mayores del salario que les tienen que pagar. Si los salarios aumentan, las empresas reducirán su beneficio, reducirán la demanda de trabajo y será más caro contratar.

En una economía estable, el mercado se debe encontrar equilibrado: se oferta tanto como se demanda. Pero es cierto que hoy día, con los factores externos a nivel social y político es difícil encontrar un periodo duradero en el tiempo en el que los empresarios tengan la certeza de contar con una estabilidad segura.

Entre las características del mercado laboral que regulan esta oferta y demanda de puestos de trabajo encontramos:

- Que el mercado de trabajo está sujeto a una regulación de salarios mínimos.

- Es un mercado rígido, ya que los contratos de trabajo exigen un periodo mínimo de contratación. Si alguien es despedido, se le deberá abonar una indemnización.

- Los factores externos a la empresa son parte propia de los cambios, por ejemplo, los tecnológicos.

- A veces, las instituciones educativas no siguen el ritmo tan rápido del mercado y del entorno global, y no forman a los profesionales necesarios en los conocimientos que los empresarios necesitan.

- Un concepto conocido como el desempleo friccional es importante tenerlo en cuenta: se refiere al tiempo que pasa cuando un trabajador se va de la empresa buscando otra oportunidad diferente o mejor.

**2.3 | Itinerarios formativos-profesionales relacionados con el perfil profesional**

Todas las ocupaciones laborales precisan de unas aptitudes adquirida por el estudio y la adquisición de unas competencias personales y profesionales. Las formaciones durante ese itinerario de estudio se consiguen a través de ciclos profesionales o de grados universitarios.

Si el acceso a los grados medios requiere el título de la Enseñanza Secundaria Obligatoria o el acceso a grado medio, a los grados superiores podrán acceder quienes obtengan una prueba de acceso a estos siendo mayores de 18 años, a través del título de Bachillerato o bien, a través de un título de grado medio de formación profesional.

Una vez obtenido un título de formación profesional de grado superior te permite acceder de forma directa a la Universidad, según las condiciones que se establezca en las distintas normas. Otra elección muy habitual es seguir cursando otro ciclo de grado superior que complemente o facilite ese itinerario hacia tu futuro laboral deseado.

**3 | Iniciativas para las alternativas del autoempleo**

Tomar la iniciativa de trabajar por cuenta propia puede conllevar muchas ventajas y también algunos inconvenientes. Es importante que redactes un buen plan de empresa para acertar lo máximo posible.

Entre los detalles a tener en cuenta están:

- Desarrollo explicativo de la idea de negocio.   
- Elección de la forma jurídica y tipo de empresa.   
- Análisis del entorno.   
- Plan de publicidad y marketing.   
- Financiación.   
- Viabilidad económica y previsión de gastos e ingresos a medio plazo.

Entre las cualidades y habilidades que debes tener en cuenta a la hora de lanzarte a crear tu propia empresa o ser autónomo se encuentran:

- Capacidad de dirección y organizativa.   
- Asertividad y comunicación proactiva.   
- Capacidad para asumir riesgos.   
- Confianza en uno mismo.   
- Buena resolución de conflictos.   
- Tolerancia a la frustración.   
- Buena búsqueda de soluciones.   
- Liderazgo.

**4 | Análisis y evaluación del propio potencial profesional y de los intereses personales**

Cuando queramos iniciar nuestra búsqueda de empleo o evaluar si queremos trabajar por cuenta propia, debemos iniciar un proceso de autoevaluación. Esto ayudará a tener claras nuestras prioridades, a identificar nuestros intereses y a elaborar un buen itinerario profesional.

**4.1 | Técnicas de autoconocimiento**

Identificar nuestra personalidad, nuestras habilidades, fortalezas, pero también competencias por mejorar, forma parte de elaborar un buen autoconocimiento, y es un buen punto de partida para la búsqueda de empleo.

Debemos identificar algunos elementos:

|  |  |
| --- | --- |
| Rasgos personales | Como introversión, extroversión, agresividad, tolerancia, afectividad, individual, grupal, impulsividad... Si nos identificamos de una u otra forma podrá ser un perfil personal que nos relacione con un tipo de trabajo. |
| Competencias profesionales | Las más demandadas por las empresas son la gestión orientada al cliente, la flexibilidad, la iniciativa, la proactividad, la capacidad de aprendizaje y resolución de problemas... |
| Intereses profesionales | Conocer lo que nos motiva es interesante a la hora de orientarnos a un puesto de trabajo. Está comprobado que, si estamos satisfechos con nuestro ejercicio, nuestro rendimiento aumentará. |
| Logros personales y profesionales | Para realizar una búsqueda de empleo eficaz es importante tener en cuenta los logros que hemos podido alcanzar a lo largo de nuestra vida, los podremos destacar a la hora de una entrevista o al redactar un currículum. |

Realizar un buen estudio de todos estos elementos y factores personales nos ayudará a enfocarnos en la búsqueda del empleo deseado.

**4.2 | Técnicas de mejora e instrumentos de búsqueda de empleo**

Una vez que hemos identificado los rasgos personales que nos caracterizan: personalidad, fortalezas, debilidades... también hemos podido dejar patente los aspectos que necesitamos mejorar y atender para que en su progreso esté acercarnos al puesto de trabajo que deseamos.

Debemos marcarnos objetivos profesionales claros. Estas técnicas de mejora harán que los rasgos que están más debilitados puedan ser perfeccionados para acercarnos a lo que estamos buscando.

El objetivo profesional debe contener estos tres elementos:

- Debe ser realista y alcanzable.

- Debe ser flexible, adaptado a cambios que puedan surgir.

- Debe ser positivo, generando buenas sensaciones.

Dentro de las técnicas e instrumentos de búsqueda de empleo debemos contemplar algunas esenciales que describiremos a continuación.

1.- El currículum vitae.

Redactar un buen currículum es esencial para ofrecer una primera buena impresión sobre ti mismo. Debe estar adaptado a la oferta de empleo y a la empresa concreta a la que va dirigido. Los apartados que no deben faltar son:

• Datos personales y perfil. Se debe incluir la información que sea de interés para la empresa, así como una pequeña descripción de tus objetivos profesionales.

• Experiencia laboral. Desde lo más actual a lo más antiguo debes mostrar tu trayectoria laboral como trabajos, proyectos, prácticas, etc. Las fechas, funciones y nombre de la empresa son datos que no pueden faltar.

• Formación académica. Los estudios oficiales, las formaciones complementarias y otros como idiomas o destrezas informáticas también podrás mostrarlas.

• Competencias personales y profesionales.

• Otros datos. En este apartado puedes detallar aspectos como voluntariado, experiencias vitales y otras cuestiones de interés para el puesto.

2.- Carta de presentación.

La carta de presentación puede ser una buena opción de presentar junto currículum en la que, de forma redactada y explícita, se muestre tu interés y te haga diferenciarte del resto de candidatos a la oferta laboral.

Para redactar una buena carta de presentación no olvides algunos aspectos:

- Utiliza frases breves y claras.

- Dirígete al responsable de la organización y nombra datos concretos de la empresa a la que va dirigida.

- Menciona logros profesionales y personales que te hacen óptimo para ese puesto laboral.

- Utiliza un lenguaje claro, correcto y formal para proponer siempre una cita y mostrarte disponible.

Siempre adapta esta carta de presentación a la empresa a la que vaya destinada.

**5 | El proceso de la toma de decisiones**

Cuando te encuentres a punto de tomar una decisión importante en la búsqueda de tu puesto de trabajo puede ser que necesites ayuda.

Puedes contrastar tu itinerario profesional para acertar aún más:

* **Con una persona experta en orientación:** Puede ser alguien del servicio de empleo o un experto en orientación laboral. Después de escucharte podrá ofrecerte su punto de vista, ayudarte a cubrir los puntos que necesitabas y, teniendo en cuenta tu perfil personal y profesional, orientarte en la realidad del mercado de trabajo de tu entorno.

Tras escuchar su valoración podrás tomar la decisión de modificar tu objetivo, replantear tu itinerario o reforzar tu plan.

* **Con personas expertas de la profesional elegida:** Puedes explicarle tu plan de búsqueda de empleo, contrastarlo y conocer aún más todo lo relacionado con la profesión en la que pretendes trabajar. Podrás crear nuevos argumentos, seguir con tu plan o evaluar las expectativas de éxito que tenías para encontrar ese puesto de trabajo.
* **Con personas de tu entorno personal:** Quienes te conozcan bien podrán enriquecer los aspectos que has descubierto de ti mismo que te acercan a esa opción laboral que quieres conseguir. Podrás reforzar tu plan y de esta forma obtener más seguridad de cara a una futura entrevista de selección.