GUÍA PRÁCTICA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Área de Empleo

Ayuntamiento de Pedrezuela

Objetivo de la guía

La finalidad de esta guía es servir de apoyo y facilitar las herramientas necesarias para realizar una búsqueda de empleo activa.

La búsqueda de empleo en sí misma es un trabajo que requiere constancia, paciencia y planificación.

Buscar trabajo de “cualquier cosa” y lanzarnos a dejar el Curriculum sin objetivos claros, puede ser un esfuerzo inútil y con alta probabilidad de fracaso.

Para ello se deben utilizar todos los recursos de búsqueda de empleo que están a nuestro alcance: servicios de orientación profesional, bolsas de empleo, agencias de colocación, redes sociales, portales de empleo, contactos, etc…

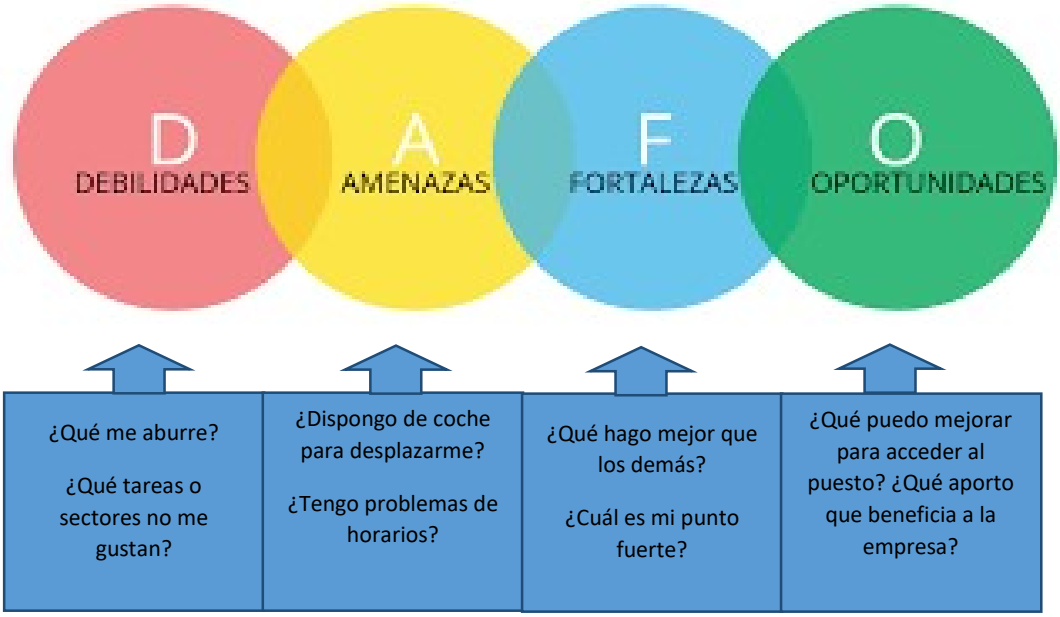
.

¿Por dónde empiezo?

Lo primero que debemos averiguar es cuáles son nuestras **habilidades y competencias**.

Estas son las capacidades o aptitudes de las que disponemos para realizar con facilidad alguna tarea o desenvolvernos con éxito en diferentes situaciones profesionales.

Para ayudarnos a enfocar adecuadamente la búsqueda debemos recopilar toda la información relativa a nuestra formación y experiencia profesional y además tenemos que realizarnos a nosotros mismos ciertas preguntas:



En cuanto a las **competencias profesionales**, es la capacidad que tiene una persona en poner en práctica todos sus conocimientos y valores en el ámbito laboral.

¿Cuáles son las competencias profesionales más demandadas por las empresas?

- Capacidad de orientación al logro: Es la capacidad de contribuir y conseguir los resultados y objetivos.
- Capacidad para dirigir: Es la capacidad de liderar, influir e inspirar al equipo para desarrollarse en un puesto de trabajo.
- Capacidad para comunicarse: Es la capacidad de transmitir información eficazmente.
- Capacidad para trabajar en equipo: Es la capacidad para empatizar y ofrecer colaboración y apoyo hacia los compañeros de trabajo.
- Capacidad de organización: Es la capacidad para coordinar y estructurar actividades.
- Capacidad adaptación y gestión del estrés: Es la capacidad para aceptar los cambios de forma positiva, y ser capaz de trabajar con alto nivel de presión y responsabilidad.
- Capacidad de autonomía: Es la capacidad de desenvolverte en tu puesto de trabajo sin la necesidad de tener un apoyo constante.

Formación

Formación académica reglada, es la reconocida por el Ministerio de Educación que hemos realizado en colegios, institutos, universidades, etc… y por la cual se obtiene una titulación oficial.

Formación complementaria no reglada, son los cursos de formación profesional para el empleo, que te capacitan para actualizar y ampliar conocimientos o reorientar tu objetivo profesional.

FORMACIÓN ACADÉMICA	FORMACIÓN COMPLEMENTARIA
Titulación Oficial del Ministerio de Educación: • Estudios Primarios • Graduado Escolar/ESO • BUP/Bachillerato • Formación Profesional • Universidad • Escuela Oficial de Idiomas • Escuela Oficial de Música y Danza.	Titulación Oficial del Ministerio de Trabajo o titulaciones de diferentes instituciones, indicando la entidad y número de horas: • Cursos de la Comunidad de Madrid u otras Administraciones Públicas. • Academias privadas • Formación continua • Jornadas y seminarios • Cursos de Postgrado

Realiza cursos de formación para actualizar tus conocimientos y mantener tu competencia profesional actualizada.

Experiencia profesional

La experiencia profesional se refiere a aquellos trabajos que hemos desempeñado a lo largo de nuestra vida, incluyendo trabajos remunerados, prácticas, colaboraciones, labores de voluntariados, etc...

Ahora estamos en disposición de afrontar tu objetivo profesional para encontrar empleo.

Curriculum Vitae

El Curriculum es probablemente uno de los eslabones más importantes de toda la cadena que nos lleva a conseguir empleo. No debemos olvidar que se trata de un documento que sirve de filtro para conseguir que se fijen en nosotros.

El **OBJETIVO** es participar en el proceso de selección y llegar a realizar una entrevista personal.

Estructura de CV

- ✓ Datos personales
- ✓ Perfil
- ✓ Formación
- ✓ Experiencia profesional
- ✓ Competencias
- ✓ Logros
- ✓ Otros conocimientos.

Consejos prácticos para realizar el CV

Adapta tu CV a la oferta.
La extensión es importante.
Sé breve.
Piensa una estructura.
Cuida los detalles.
No mientas.
Cuida el diseño, la foto y la redacción.

Carta de presentación

La carta de presentación sirve para acompañar tu CV, se debe adaptar a la empresa y al puesto de trabajo que la recibe para que considere nuestra candidatura.

Consejos prácticos para realizar la carta de presentación

- ✓ Suscita interés: tienes que despertar el interés del lector.
- ✓ Infórmate sobre la empresa y su sector, incluir alusiones a la empresa.
- ✓ Piensa como si fueras el reclutador.
- ✓ Busca la diferenciación. Como ayudar a la empresa a mejorar sus resultados y alcanzar sus objetivos.
- ✓ Sé positivo y determinado muestra que sabes lo que quieres.
- ✓ Usa un lenguaje claro y conciso frases y párrafos cortos y espacios.
- ✓ Destaca lo más importante de tus cualidades y aptitudes.

Páginas Web para realizar CV y cartas de presentación

Zety.es

Canva.com

Allcvdesign.com

Entrevista de trabajo

La entrevista de trabajo es el momento **CULMINANTE** en un proceso de selección. Es la fase donde el entrevistador analiza a fondo al candidato para comprobar su idoneidad para el puesto ofertado. El aspirante debe aprovechar la oportunidad para destacar que es el más cualificado para el empleo.

COMUNICACIÓN NO VERBAL	COMUNICACIÓN VERBAL
Cuida tu imagen. **Vigila tu postura** **Apóyate en los gestos sin exagerar.** **Respeta el espacio interpersonal.** **Escoge un volumen y tono adecuado.** **Ojo a los silencios.**	**Sé positivo y amable.** **Exprésate con sinceridad.** **No hables mal de nadie.** **No interrumpas al entrevistador.** **Transmite la información necesaria.** **Muestra tu interés por conseguir el trabajo.**

Fases de la entrevista

Presentación. Es el momento inicial, en el que te presentas al entrevistador y él te expone brevemente el puesto de trabajo. En este momento, muéstrate interesado y decidido.

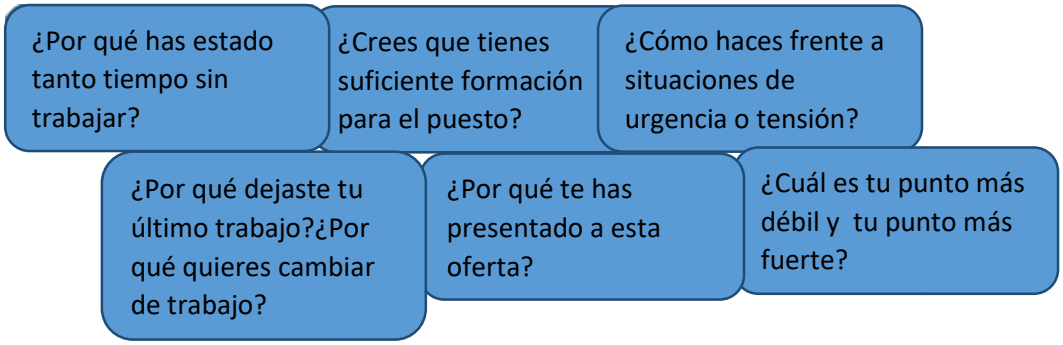
Desarrollo. El reclutador quiere conocer los detalles de tu formación, tu experiencia profesional, las competencias, etc. Aprovecha este momento para mostrar la mejor imagen de ti mismo. Es muy importante que recuerdes bien los datos y fechas que aparecen en tu currículum y tengas claro los aspectos que quieres destacar, cuáles son las competencias que posees y que te diferencian de los demás, y por qué crees que eres ideal para este puesto de trabajo.

Cierre. En el momento del cierre es cuando podrás preguntar algunas dudas respecto al trabajo y la empresa (horario, tipo de contrato, sueldo, etc.) o aclarar algún punto que no hayas entendido.

Cómo preparar una entrevista

Los entrevistadores te harán preguntas sobre tu formación, experiencia profesional y competencias, con el objetivo de valorar si eres la persona adecuada para el empleo.

Existen algunas preguntas al realizar una entrevista de trabajo que son comunes y utilizadas por diferentes responsables de los procesos de selección. Por lo tanto, preparar unas posibles respuestas a estas preguntas es una de las mejores maneras de hacer una entrevista de trabajo exitosa.



Uno de los consejos más importantes es que antes de ir consigas toda la información que puedas acerca de la empresa, dónde está ubicada, colores corporativos, filosofía de empresa, cuanto más sepas de la empresa mejor impresión causaras.

Ten en cuenta las habilidades y competencias que solicitan en la oferta de empleo e inclúyelas en alguna de las respuestas de la entrevista. De esta manera estás dando valor a lo que ellos necesitan.

Es muy importante que en la entrevista muestres tu forma de ser y seas natural, hay que recordar en todo momento del proceso de selección que hay que priorizar lo profesional sin olvidar ser natural. La cercanía, simpatía, educación y amabilidad son elementos muy importantes a mostrar, pero nunca podemos tratarlos como si fueran amigos, familiares o conocidos.

Mezcla naturalidad con profesionalidad

Búsqueda de empleo

A continuación se detallan las diferentes herramientas de búsqueda de empleo que puedes utilizar y en las que deberías de estar inscrito.

Demandante de empleo Servicio Público Estatal. (SEPE)

Acceso a cursos gratuitos de la Comunidad de Madrid.

Ofertas de empleo en organismos públicos y privados.

Acceso a los diferentes servicios de asesoramiento.

Portales de Empleo

Son bases de datos de ofertas y demandas donde las empresas introducen sus ofertas.

Empresas de trabajo temporal (ETT)

Se dedican a gestionar las necesidades de empleo de la empresa privada.

Bolsas de Trabajo/Agencias de colocación

Tanto en la empresa privada como en la pública o en los Ayuntamientos,existen estas bolsas de empleo en las que puedes registrarte. Son más efectivas, ya que la cantidad de candidatos va a ser menor que en los portales o en las ETTs.

Linkedin

Es una herramienta con mucho potencial en la búsqueda de empleo, además de ser una buena plataforma para incluir el CV, es todavía mejor cómo escaparte para empresas y reclutadores si estás buscando empleo.

Autocandidatura

La autocandidatura es el hecho de ofrecerte directamente a una empresa sin ser en respuesta a una oferta laboral existente.

También existen muchas empresas que ofrecen trabajo en sus propias páginas webs. De hecho, algunas de las ofertas que publican no aparecen en ningún portal de empleo, por lo que es buena idea consultarlas y suscribirse para recibir nuevas ofertas o enviar el currículum si lo permiten.

La motivación en la búsqueda de empleo

La motivación es algo necesario y esencial para poder conseguir logros. Es el conjunto de factores internos o externos que determinan las acciones de una persona. Es decir, actuaremos de una manera u otra dependiendo del tipo y cantidad de motivación que tengamos.

1. Recuerda que el trabajo correcto llegará, siempre y cuando sigas trabajando lo suficiente para conseguirlo. Crea hábitos y rutinas de trabajo. Date tiempo, todo lleva su proceso.
2. Se positivo, te reportará mayores beneficios en tu vida. Pasa de preocuparte a ocuparte. No se trata de ser hiperoptimista, se trata de ser inteligente y tener pesamientos y creencias que te ayuden en tus objetivos.
3. Recupera la ilusión por encontrar empleo, es normal sentirse desalentado y asegúrate de no tomarte el rechazo como algo personal y no seas demasiado duro contigo mismo, mira hacía atrás para darte cuenta de todo lo que has logrado hasta ahora y recuerda de lo capaz que eres.
4. Si sabes cómo buscar trabajo te será más fácil mantenerte motivado. la información es poder, nos da seguridad, conocer herramientas, recursos, estrategias para buscar empleo hará que te sientas más seguro y por tanto más motivado.
5. Cuida tu salud mental, no dejes de lado tus aficiones, tus amigos y familia. Procura que no toda tu vida gire en torno a la búsqueda de empleo. Apóyate en tus amigos y familiares. Charla con ellos sobre las novedades en tu búsqueda de empleo puede ayudarte a desahogarte y a ver las cosas desde una perspectiva diferente.

No importa lo despacio que vayas, siempre y cuando no te detengas

A continuación se detallan diferentes enlaces donde podrás empezar a realizar tu búsqueda de empleo:

Servicio Público Estatal (SEPE)

https://www.sepe.es/

https://www.empleate.gob.es/empleo

Portales de empleo

https://www.infojobs.net/

https://es.indeed.com/

https://www.infoempleo.com/

https://jobtoday.com/es

https://www.monster.es/

https://www.trabajos.com/

https://www.jobatus.es/

Listado de portales de empleo especializados

https://www.domestika.org/

https://ticjob.es/

https://www.luxetalent.es/

http://www.marketyou.com/

https://www.turijobs.com/

Listado portales de empleo talento joven

https://www.primerempleo.com/

https://www.bewanted.com/

https://www.studentjob.es/

https://www.talentoteca.es/

https://jobs.universia.net/es

Linkedin

https://es.linkedin.com/

Listado de empresas de trabajo temporal ETT

https://www.adecco.es/

https://www.agioglobal.com/

http://www.altagestion.com.co/

http://attempora.es/

https://www.manpower.es/

https://www.cepede.com/

https://flexiplan.eulen.com/

https://www.randstad.es/

https://www.synergie.es/

https://www.temps.es/

https://www.eurofirms.com

Bolsas de empleo y agencias de colocación

https://www.ssreyes.org/sansenet/portal.do

https://bolsaempleo.alcobendas.org/registro.html

https://gestionandote.com/Agencia/trescantos

https://empleocolmenar.trabajaenmadrid.es/

Portales de empleo para personas con discapacidad

https://www.disjob.com/

https://www.discaempleo.com/

https://fundacionadecco.org/

https://vivva.es/

https://www.fundacionuniversia.net/

https://www.mercadis.com/

¡Esperamos que toda está información te ayude en tu búsqueda de trabajo!