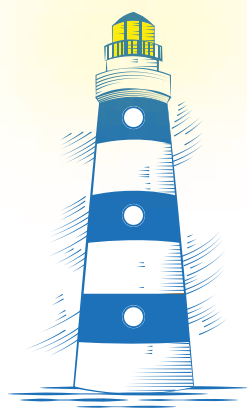




Manual de **BUSQUEDA** de **EMPLEO** en la **RED**



COCEMFE
ASTURIAS



Manual de **BUSQUEDA** de **EMPLEO** en la **RED**

COCEMFE Asturias

AUTORAS María Eugenia García Fernández y Verónica Rodríguez González
Orientadoras del Servicio de Integración Laboral de COCEMFE Asturias

COORDINA Ignacio Ramírez Páyer
Coordinador del Servicio de Integración Laboral de COCEMFE Asturias

EDITA *Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Asturias (COCEMFE Asturias).*

A través del Servicio de Integración Laboral

C/ Dr. Avelino González, 5 bajo. 33211 Gijón
Teléfono: 985 396 913
Email: sil@cocemfeasturias.es
Web: www.cocemfeasturias.es

DISEÑO Y MAQUETACIÓN CCE Grupo Iniciativas de Comunicación Integral
www.grupoiniciativas.com

Sumario

INTRODUCCIÓN (4)

MÓDULO 1: ANTES DE LA BÚSQUEDA DE EMPLEO (7)

- Características del mercado laboral actual 09
- Actitud ante la búsqueda de empleo 10
- Objetivos profesionales 15
- Curriculum 16

MÓDULO 2: HERRAMIENTAS BÁSICAS PARA LA BÚSQUEDA Y GESTIÓN DE LA INFORMACIÓN (17)

- Correo electrónico 19
- Espacio en la nube 20

MÓDULO 3: BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN Y EMPLEO EN LA RED (21)

- Portales de empleo 19
- Buscadores de empleo 24
- Empleo público 25
- Páginas de empleo 26
- Espacios empresariales 27
- Empresas de trabajo temporal 28
- Aplicaciones móviles (APPS) 29
- Blogs de empleo 31

MÓDULO 4: REDES SOCIALES (32)

- Facebook 33
- Twitter 34
- LinkedIn 35

MÓDULO 5: MARCA PERSONAL (37)

MÓDULO 6: ENTREVISTA DE TRABAJO E INTERNET (43)

ANEXOS (46)

FUENTES CONSULTADAS (46)

INTRODUCCIÓN

Actualmente la búsqueda de empleo se ha convertido en una tarea cada vez más complicada. Hay mucha gente que busca empleo y muy pocas ofertas, por lo que cada vez resulta más difícil encontrar trabajo y sobre todo hallar uno que se ajuste a tu perfil y a tus preferencias.

La búsqueda de trabajo a través de internet es cada vez más importante. Por ello y con el objetivo de facilitar lo máximo posible la búsqueda de empleo a través de internet, se ha elaborado este manual que tiene por objetivo mostrar las muchas posibilidades que brinda este medio para encontrar trabajo.

Previamente, definimos como la evolución de internet ha tenido una gran repercusión en la búsqueda de empleo, de modo que hoy en día es fundamental el manejo de éste para realizar una búsqueda efectiva de empleo. Gracias a su accesibilidad y fácil manejo, nos permite interactuar y proporcionar al instante gran cantidad de información relativa al mercado laboral.

La evolución en el uso y la interacción en la red han supuesto pasar de la web 1.0 a la web 2.0 hasta llegar a lo que hoy conocemos como web 3.0. Paso a paso los cambios se han ido dando sin que casi nos percatáramos de ellos, pero sin duda, han conseguido que nos fuéramos adaptando poco a poco a ellos.



Web 1.0

del año 1990 al año 2000

Es la web estática y sólo de lectura. Estaba basada en el modelo cliente/servidor, de tal forma que los usuarios de las páginas eran clientes que solicitaban un servicio (páginas web).

El usuario navegaba en estos contenidos web a través de los programas llamados navegadores web (Mosaic, Netscape, Internet Explorer, Mozilla, Opera...).

Web 2.0

del año 2000 al año 2010

Esta es la llamada web social y con ella llegó la revolución.

La aparición de las redes sociales y la mayor afluencia de webs dinámicas hicieron que internet se convirtiera en un lugar de interacción en el que los usuarios tuvieran voz y voto. El usuario pasa de ser un mero receptor a ser editor y creador. Los sitios web no solo ofrecen información sino que la intercambian y la exportan.

Web 3.0

del año 2010 a la actualidad

Estamos en la etapa en la que Internet debe adquirir un significado para convertirse en la web semántica. Así todos los dispositivos pueden comprender la información existente en la red. Internet inunda el mundo de lo cotidiano e incluso llega a llamarse el "Internet de las cosas".

Desde el 21 de abril de 2015, Google da un paso hacia el 3.0 favoreciendo en su buscador a las webs optimizadas para múltiples dispositivos, un paso más hacia una web más accesible en cualquier dispositivo, momento o lugar. Web 3.0 es la web que facilita la accesibilidad de las personas a la información, sin depender de qué dispositivo use para el acceso a ella, una web con la que interactuar para conseguir resultados más allá del hecho de compartir "información", que esta información sea compartida por cada persona de una forma inteligible y de provecho para ella y sus necesidades en cada circunstancia.

El objetivo de la "web semántica" es añadir significado a la web, de manera que ofrece nuevas opciones de personalización permitiéndonos acceder en menos tiempo a información relevante a cada usuario.



Internet puede ser un gran aliado para encontrar empleo.

A continuación vamos a señalar **LAS PRINCIPALES VENTAJAS** que tiene este medio en la búsqueda de empleo:

- > Es una herramienta cada vez más utilizada por las empresas para reclutar candidatos.
- > Hay páginas que se dedican exclusivamente a publicar ofertas de trabajo y a conectar estas ofertas con candidatos, permitiendo que los candidatos "suban" su currículum y, desde ese momento, éste se encuentra disponible para las empresas.
- > Internet nos facilita la tarea de investigación y búsqueda de aquellas empresas de un sector concreto que puedan interesar al candidato y a las que se pueda postular, ajustando su perfil a lo demandado por la empresa.
- > La persona puede recibir consejos que le ayuden en la búsqueda de trabajo y en el proceso de selección.
- > La inmediatez e innovación de este medio son las dos características que convierten a internet en el canal con más futuro en la búsqueda de empleo. Por ello, es importante estar muy bien informados de cómo sacar el máximo provecho a este canal.

Internet nos ahorra tiempo.

A través de él, podemos buscar empleo sin necesidad de salir de casa y gracias a él tenemos acceso a múltiples ofertas.

METODOLOGÍA

Metodología modular en cuanto a la distribución de los temas a tratar, pretendiendo que sea activa y participativa. Se aportarán unos conceptos teóricos para asentar bases y a partir de ahí se realizarán distintas actividades en las que los alumnos serán los protagonistas. De modo que, los alumnos serán agentes activos en la construcción de conocimientos y, no simples agentes pasivos que reciben la información teórica.

Características de esta metodología activa / participativa que proponemos:

- > **Práctica:** a través de los ejercicios prácticos que les proponemos a los alumnos se impulsa su aprendizaje.
- > **Interactiva:** se promueve el dialogo y la discusión entre los alumnos con el objetivo de que compartan y confronten ideas, en un ambiente de respeto y tolerancia.
- > **Flexible:** adaptándonos a los niveles del grupo.
- > **Favorecer el flujo teoría-práctica:** se parte de unos contenidos teóricos que facilitaremos a los alumnos y a partir de ahí propondremos distintas actividades prácticas para facilitar su aprendizaje.

Siendo conocedores del efecto motivador de las acciones grupales, están diseñadas para trabajar en grupo. Ya que ayuda a compartir conocimientos y estimula el aprendizaje individual y del grupo. Favorecer el compromiso mutuo y la responsabilidad compartida.

Se utilizarán los **medios necesarios, tecnológicos** para la consecución de las actividades propuestas.

El papel del **formador** es el de un dinamizador encargado de facilitar los procesos que se generan dentro de esta metodología participativa.



OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERALES

- > Definir los objetivos profesionales que se adapten a las características personales y a las necesidades del mercado laboral actual.
- > Conocer y entrenar las múltiples herramientas y los recursos que nos ofrece internet para realizar una búsqueda activa de empleo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Módulo 1: *Antes de la búsqueda de empleo*

- > Conocer las características y las peculiaridades del mercado laboral actual, con el fin de adaptar nuestro perfil profesional a las exigencias de este.
- > Desarrollar actitudes que faciliten la búsqueda y consecución de un empleo.
- > Establecer unos objetivos profesionales adaptados tanto a las preferencias personales y profesionales como a las demandas y exigencias del mercado laboral.
- > Conocer los distintos tipos de currículum vitae y ser capaz de elaborar el nuestro en el modelo que más se adapte al perfil y al sector en el que estamos buscando empleo.

Módulo 2: *Herramientas Básicas para la Búsqueda de Empleo*

- > Conocer las distintas herramientas que nos ofrece internet para la búsqueda de empleo.
- > Ser capaz de utilizar el correo electrónico como medio de comunicación con las empresas, tanto para responder a anuncios de empleo como para realizar autocandidaturas de empleo.
- > Utilizar el espacio en la nube como herramienta de almacenamiento de la información relativa al empleo.

Módulo 3: *Búsqueda de información y empleo en la red*

- > Conocer y manejar los recursos necesarios para la búsqueda de empleo.
- > Entrenar habilidades para utilizar de forma eficaz y efectiva estos recursos con el fin de lograr la inserción laboral.

Módulo 4: *Redes Sociales*

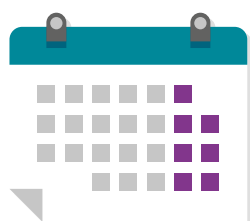
- > Conocer y utilizar las redes sociales para la búsqueda de empleo.
- > Utilizar las Redes sociales como medio de contacto para establecer relaciones laborales.
- > Entender la importancia de la identidad digital y su desarrollo para la búsqueda activa de empleo.

Módulo 5: *Marca Personal*

- > Comprender el concepto de marca personal y sus ventajas.
- > Identificar los valores y factores que deben considerarse para definir una marca personal.
- > Utilizar la marca personal como elemento diferenciador en la búsqueda de empleo.

Módulo 6: *Entrevista de trabajo e internet*

- > Conocer los pasos necesarios para la preparación y superación con éxito de una entrevista de trabajo a través de internet.



DURACIÓN

La duración total del taller será de **15 horas**, dividiéndose en 3 horas por cada sesión. Pudiendo adaptarse en función de las características del grupo o de la consecución de los objetivos.

CONTENIDO FORMATIVO

MÓDULO 1: Antes de la búsqueda de empleo (3 horas)

Contenido	Actividades
Características del mercado laboral actual	
Actitud ante el empleo	Test ¿Buscas empleo?
Objetivos profesionales	Define tus objetivos profesionales. Antes de empezar a buscar empleo tienes que tener claro que vas a buscar.
Curriculum	Elabora tu currículum vitae, utilizando el modelo (cronológico, temático,...) que más se ajuste a tu perfil profesional.

MÓDULO 2: Herramientas básicas para la búsqueda y gestión de la información (1 hora)

Contenido	Actividades
El correo Electrónico	Crea una cuenta de correo electrónico formal exclusivamente para la búsqueda de empleo
Espacio en la nube o Cloud Drive	Crea un espacio en la nube en cualquiera de los dos servidores en el que guardaras toda la documentación relacionada con el empleo

MÓDULO 3: Búsqueda de información y empleo en la red (4 horas)

Contenido	Actividades
Portales de Empleo	Consulta el portal de empleo de COCEMFE Asturias: • Si no estás registrado, preinsíbete. • Si ya estas registrado, revisa tu perfil. • Revisa las ofertas de empleo e insíbete en aquellas que se ajusten a tu perfil. Inscríbete en uno de los portales de empleo que se cita en este manual.
Buscadores de Empleo	Crea una alerta de empleo adecuada a tu perfil profesional en uno de los metabuscadores mencionados anteriormente.
Empleo Público	Realiza una búsqueda de las convocatorias de empleo público que hay en vigor en tu comunidad y valora si alguna encaja con tu perfil profesional. Investiga según tu formación a que convocatorias podrías presentarte.
Páginas de Empleo	Visita alguna de las páginas de empleo señaladas.

MÓDULO 3: Búsqueda de información y empleo en la red (4 horas)

Contenido	Actividades
Espacios Empresariales	Incluye tu curriculum vitae en varias empresas punteras del sector empresarial acorde a tus objetivos profesionales
Empresas de Trabajo Temporal	Registra tu curriculum en varias empresas de trabajo temporal en donde encuentres más ofertas acorde a tu perfil profesional.
Aplicaciones Móviles	Descárgate la aplicación del servicio público de empleo en tu móvil para estar informado en cada momento de las ofertas de empleo y formación.
Blogs de Empleo	Visita un blog de empleo y lee los artículos que se relacionen con la búsqueda de trabajo en la red.

MÓDULO 4: Redes sociales (2 horas)

Contenido	Actividades
Facebook	Crea una cuenta de facebook y únete a grupos de búsqueda de empleo.
Twitter	
Linkedin	Crea un perfil en linkedin

MÓDULO 5: Marca personal (3 horas)

Contenido	Actividades
Marca Persona	Despertando conciencias. En qué soy bueno. Cómo os definirías. Escoge Los tres atributos que mejor os definen para completar las frases.

MÓDULO 6: Entrevista de trabajo e internet (2 horas)

Contenido	Actividades
Entrevista de trabajo e Internet	Haz un rol playing de una entrevista profesional a través de Skype con un compañero del aula.



ANTES DE LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

CARACTERÍSTICAS DEL MERCADO LABORAL ACTUAL

En los últimos años el **mercado laboral** ha sufrido muchos cambios, la mayoría de ellos provocados por la crisis económica que estamos viviendo y por el rápido desarrollo e integración de las tecnologías en las organizaciones. A continuación, se detallan las principales características del mercado laboral actual:

- > **La importancia de las nuevas tecnologías en la economía y en la sociedad actual.** Las empresas que mayor proyección tienen en la actualidad son las del sector de la tecnología.
- > **La distancia es cada vez más profunda entre el sistema formativo y el laboral.** Es frecuente que las personas trabajen en sectores muy alejados de los puestos de trabajo en los que se han formado.
- > **Cada vez hay más personas con un nivel de empleabilidad bajo o nulo.** Por falta de formación o motivación, o por tener experiencia y/o formación en sectores que han quedado obsoletos y están en vías de extinción. Es necesario llevar a cabo un plan de reinserción de estas personas para adaptarlas a las necesidades del mercado laboral actual.
- > **Temporalidad en el empleo.** El "trabajo para toda la vida" ya no existe, de hecho España es el país de Europa con mayor tasa de temporalidad.
- > **La aparición de nuevas profesiones y nuevas formas de trabajar.** En los últimos años muchas profesiones han desaparecido, mientras que otras irrumpen con gran fuerza, especialmente aquellas que están relacionadas con las nuevas tecnologías. Trabajos relacionados con internet de las cosas: big data, wearables, analítica digital, marketing digital, especialistas en ecommerce, o desarrollo de aplicaciones web y móviles son las más demandadas.
- > **El desempleo juvenil.** El colectivo de jóvenes ha sido el más perjudicado por la destrucción de empleo, consecuencia de la recesión económica. Desde finales de 2007, el número de ocupados menores de 25 años ha descendido en toda España en casi 3.4 millones.



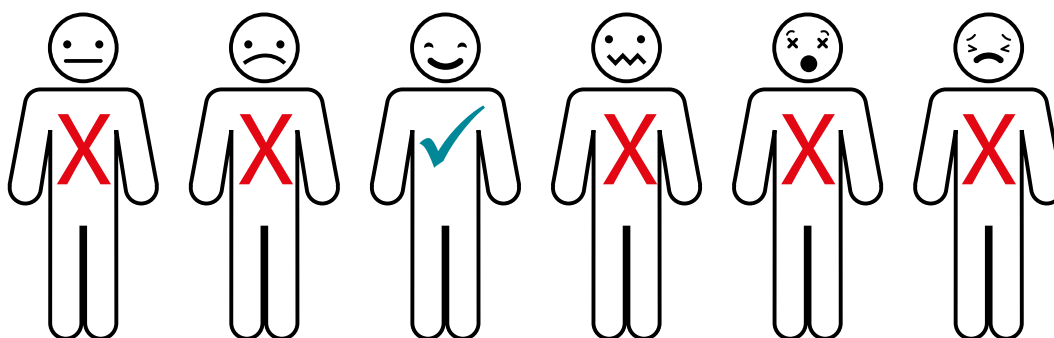
ACTITUD ANTE LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

La búsqueda de empleo, como otros muchos aspectos de la vida, no es una tarea fácil, sin embargo, **hay diversas formas de afrontarla, dependiendo de la actitud que se tome.**

Buscar un trabajo es un trabajo en sí, y como tal, necesita de esfuerzo, tiempo y sobretodo, actitud. Se considera por tanto, este, un factor muy importante dentro de la búsqueda de empleo y se le debe prestar una atención especial.

La actitud es la manera de actuar ante una determinada situación, es decir, es una predisposición aprendida a través de la experiencia que motiva e influye en nuestra conducta, es la que nos impulsa a hacer algo de una forma concreta.

La búsqueda de empleo también está muy influida por variables como las creencias, emociones y actitudes, que juegan un papel muy importante tanto a favor como en contra a la hora de buscar trabajo. Es muy importante identificar las emociones, sentimientos, actitudes negativas, para corregirlas e invertirlas.



ACTITUDES QUE INFLUYEN NEGATIVAMENTE EN LA BÚSQUEDA Y CONSECUCCIÓN DE UN EMPLEO:



“Si vas a tirar la toalla, que sea en la playa”.

La BAJA AUTOESTIMA. La autoestima es el concepto que tenemos de nosotros mismos y define como nos vemos.

El nivel de autoestima es especialmente importante en la búsqueda de empleo, porque tener una alta autoestima ayuda mucho a mantener el ánimo, ser perseverantes y no tirar la toalla fácilmente para finalmente conseguir el ansiado puesto de trabajo.

Por el contrario, la baja autoestima es el mayor enemigo que se puede tener a la hora de incorporarse al mercado laboral. Es fundamental luchar para mantener la autoestima alta para la consecución de un empleo, ya que es muy difícil que *“nos quieran para un empleo si no somos capaces de creer en nuestra valía profesional”*.

AUTO CRÍTICA NEGATIVA. Cuando la auto crítica es negativa es frecuente castigarse a uno mismo con reproches y críticas que destruyen la confianza y la seguridad en uno mismo.

CONFORMISMO-RESIGNACIÓN. Cuando una persona se resigna a vivir la situación que le toca como si no fuese reversible, no cree posible una solución y acepta este destino, no siendo capaz de tomar medidas que le lleven a realizar acciones en la mejora de su empleabilidad.



PASIVIDAD, APATÍA Y DESMOTIVACIÓN EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO. Es frecuente perder el interés ante la falta de resultados, lo que provoca dejadez, pasividad y apatía. Esperar a que la situación cambie, sin hacer nada, cuando toda solución empieza y acaba en uno mismo.

PROCRASTINACIÓN EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO. Procrastinar es posponer, retrasar innecesariamente algo, puede ser una decisión o una actividad relacionada con la búsqueda de empleo.



“Buscar trabajo ya es un trabajo”

ACTITUDES QUE AYUDAN EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO:

Tener una **ACTITUD OPTIMISTA Y POSITIVA** en la búsqueda de empleo y en la vida en general, pese a la adversidad de las circunstancias. Partir del hecho de que estar desempleado es un estado temporal y reversible, tener claro que en el momento más inesperado se dejará de estarlo.

MARCARSE UNA RUTINA: buscar trabajo es ya un trabajo en sí. Debemos establecer una rutina de búsqueda de empleo con un tiempo definido diariamente.

Mantener la **RED DE CONTACTOS:** no sólo contactos profesionales, también personales. Estos nos podrán dar información sobre el mercado laboral y ponernos en contacto con otras personas que posibiliten el acceso a un trabajo.

Establecer unos **OBJETIVOS PROFESIONALES Y PLANIFICARSE** para su consecución.

DEDICAR TIEMPO A FORMARSE: mantenerse al día de las novedades del sector profesional en el que se está centrando la búsqueda de empleo. Actualizar y ampliar los conocimientos, además de ayudar a mantener la rutina y conseguir unos objetivos determinados que repercutirán en la motivación, mejorará el currículum y la posibilidad de lograr una inserción laboral con éxito.

TENER UNA VISIÓN DE FUTURO AMPLIA Y CON APERTURA. No se ceñirse, ni limitarse a lo que ya se ha hecho en el pasado. Estar dispuestos a reinventarse, plantearse alternativas profesionales distintas de aquellas en las que nos hemos desarrollado profesionalmente.





ACTIVIDAD TEST ¿BUSCAS EMPLEO?

Fuente: http://www.puntosdeempleo.com/empleo_40_pasos/test_buscas_empleo

1. Hablo con familiares y conocidos para pedirles apoyo o información para encontrar empleo (elige una opción)

- ☐ a. Hago listas de personas que conozco y que voy conociendo y preparo citas o contactos cada 10 o 15 días con las que creo que podrían ayudarme.
- ☐ b. No preparo los contactos pero hablo con los conocidos cada mes al menos.
- ☐ c. Hablo con familiares o conocidos de vez en cuando o algunas veces al año.
- ☐ d. No tengo conocidos que puedan ayudarme.

2. Reviso prensa para buscar y presentarme a ofertas de empleo e información (elige una opción)

- ☐ a. Diariamente.
- ☐ b. Semanalmente.
- ☐ c. Alguna vez al mes.
- ☐ d. Algunas veces al año.
- ☐ e. Casi nunca o nunca.

3. Consigo direcciones de empresas y envío currículos por correo o por e-mail (elige una opción)

- ☐ a. Cada semana.
- ☐ b. Cada mes más o menos.
- ☐ c. Algunas veces al año.
- ☐ d. Casi nunca.

4. Busco empleo presentándome en persona en las empresas (elige una opción)

- ☐ a. Cada semana.
- ☐ b. Cada mes.
- ☐ c. Algunas veces al año.
- ☐ d. Nunca.

5. Me apunto en empresas de trabajo temporal como Adecco, Alta Gestión, Flexiplan, etc. (elige una opción)

- ☐ a. He dejado mi curriculum o una ficha en casi todas las de mi ciudad.
- ☐ b. Me he apuntado en alguna que otra ETT.
- ☐ c. No me he apuntado todavía en ninguna pero pensaba hacerlo.
- ☐ d. No me he apuntado, casi no conozco qué son las empresas de trabajo temporal.

6. Me inscribo en bolsas de trabajo públicas o agencias de colocación (elige una opción)

- ☐ a. Conozco y estoy inscrito en casi todas las bolsas de trabajo que me interesan.
- ☐ b. Me he apuntado en alguna que me he enterado.
- ☐ c. No conozco casi ningún organismo público que convoque bolsas de trabajo o no me he apuntado en ninguna.

7. Busco empleo e información sobre empresas en internet (elige una opción)

- ☐ a. Semanalmente.
- ☐ b. Alguna vez al mes.
- ☐ c. Todavía no me conecto a internet para buscar empleo.

8. Estoy ocupado trabajando o colaborando (elige las opciones que correspondan a tu caso)

- ☐ a. Colaboro como voluntario en una ONG, asociación o proyecto al menos semanalmente.
- ☐ b. Colaboro con una empresa o con un familiar en su trabajo casi diariamente.
- ☐ c. Trabajo a tiempo parcial o fines de semana pero busco otro empleo "mejor" al menos 8 o 10 horas cada semana.
- ☐ d. Trabajo a tiempo completo pero busco otro empleo mejor o relacionado con mi profesión o estudios.
- ☐ e. No colaboro ni trabajo de ninguna forma actualmente.


ACTIVIDAD
TEST ¿BUSCAS EMPLEO?
9. Cuando envío mi curriculum a las empresas
(elige solo una opción)

- ☐ a. Lo adapto y lo personalizo para casi todas las ofertas y las empresas.
- ☐ b. Solo lo adapto para las ofertas que me interesan mucho.
- ☐ c. Envío siempre o casi siempre el mismo curriculum y no lo adapto a la oferta o a la empresa.

10. Cuando voy (o si fuese) a una entrevista de selección
(elige las opciones que correspondan)

- ☐ a. Me preparo la entrevista consiguiendo información sobre la empresa.
- ☐ b. Me preparo bien las posibles repuestas que puedo dar en cada entrevista.
- ☐ c. No me preparo o me preparo poco cada entrevista.

11. Qué haces diariamente para buscar empleo
(elige las opciones que correspondan a tu caso)

- ☐ a. Llevo una agenda o libreta donde anoto direcciones, posibles citas, teléfonos de contactos, etc.
- ☐ b. Tengo una lista de las empresas que he visitado, de aquellas en las que he presentado currículos o en las que he tenido una entrevista.
- ☐ c. Sigo una ruta semanal para visitar centros de información, organismos públicos, empresas, etc.
- ☐ d. Soy alumno de un curso de 4 o 5 horas diarias pero también busco empleo semanalmente.
- ☐ e. Tengo actualizado el registro de desempleo en el INEM.
- ☐ f. Me levanto por la mañana antes de las 9.30 horas todos los días.
- ☐ g. Me levanto tarde porque estudio por la noche.
- ☐ h. Colaboro en tareas de la casa diariamente.
- ☐ i. Asisto a clases de idiomas semanalmente.
- ☐ j. Asisto a clases de informática habitualmente o practico en mi ordenador.

12. Dedico tiempo a la búsqueda de empleo y de información *(elige una opción)*

- ☐ a. Busco diariamente empleo o información, aparte de los cursos que pueda estar haciendo.
- ☐ b. Busco algunos días a la semana.
- ☐ c. Busco sólo de vez en cuando porque ahora estoy estudiando, haciendo un curso, u otras cosas.
- ☐ d. Por el momento no estoy buscando mucho.

13. Sobre la posibilidad de montar mi propia empresa
(elige una opción)

- ☐ a. Pedí asesoramiento para montar una empresa pero luego no seguí con ello.
- ☐ b. Estoy asesorándome ahora y le dedico un tiempo a la semana.
- ☐ c. Estoy ya montando mi empresa y he hecho los primeros gastos.
- ☐ d. No he pensado seriamente en montar mi empresa, al menos hasta el momento.

14. Estudio oposiciones *(elige una opción)*

- ☐ a. Estudio oposiciones casi todo el día y no tengo tiempo de hacer otras cosas.
- ☐ b. Estudio oposiciones 4 o 5 horas diarias y por el momento no busco otros trabajos.
- ☐ c. Estudio oposiciones diariamente pero también busco otros trabajos al menos semanalmente.
- ☐ d. Estudio oposiciones algún o algunos días a la semana y busco otros trabajos.
- ☐ e. No estudio oposiciones, al menos por el momento.

PUNTUACIÓN

¿Quieres conocer si eres un buen buscador de empleo?

Comprueba el resultado del test pulsando **AQUÍ** (Página 45).

OBJETIVOS PROFESIONALES

La búsqueda de empleo es un trabajo importante que no se puede improvisar. **Requiere reflexión, tiempo y planificación para obtener más posibilidades de conseguir un empleo.**

El **objetivo profesional** es lo que deseamos alcanzar durante nuestra vida profesional. Partimos de que nadie vale para todo, cada persona tiene unas cualidades, unos intereses y unas circunstancias. Buscar trabajo por ejemplo de repartidor cuando detestas conducir o de comercial si no te gusta vende, es desmotivador.

Establecer un objetivo profesional tiene que ver con elegir hacer lo que se nos da bien, nos gusta y además es demandado por el mercado.

Como dijo Lewis Carroll en Alicia en el País de Las Maravillas:

"Si no sabes a dónde vas, no importa que camino elijas".



"Si no sabes a dónde vas, no importa que camino elijas"

Lewis Carroll

LA DEFINICIÓN DE OBJETIVO PROFESIONAL EMPIEZA POR EL AUTOCONOCIMIENTO, ES DECIR CUÁLES SON TUS:

a. Conocimientos y habilidades.

Los conocimientos y habilidades que posees los puedes haber adquirido a través de la experiencia profesional, los estudios o experiencias no formales.

Debemos preguntarnos qué es lo que más nos gustaba hacer y en qué destacábamos. También es importante tener en cuenta las actividades fuera de lo profesional, ya que una afición se puede convertir en un trabajo.

b. Habilidades o destrezas transferidas.

Son aquellas que pueden ser útiles en cualquier puesto de trabajo. Por ejemplo, los conocimientos en tecnologías de la información y la comunicación (TIC) o en idiomas, habilidad de comunicación, de gestión, liderazgo, creatividad, etc., son ejemplos de habilidades transferibles. Actualmente las empresas dan más importancia a estas habilidades que a la titulación.

c. Intereses profesionales. Son aquellos que te gusta hacer, independientemente que se trate de una actividad física, intelectual, creativa o de otra naturaleza. Los intereses determinan las elecciones profesionales, son subjetivos. Hay personas a las que les gusta más el ámbito social, a otros trabajar con maquinaria, o dedicarse a actividades deportivas o artísticas.

d. Características personales. Las empresas necesitan trabajadores productivos que contribuyan a crear un buen ambiente laboral y sean capaces de solucionar problemas, por ello quieren tener en su empresa a personas positivas, flexibles, proactivas, leales, y dispuestas a una mejora continua en su trabajo.

Conocer tus objetivos profesionales te ayudará a identificar qué trabajos puedes desempeñar y te gustan, y qué competencias profesionales deberías mejorar para alcanzar ese puesto de trabajo deseado.



"Cuando un hombre no sabe hacia dónde navega, ningún viento le es favorable"

Séneca



ACTIVIDAD



DEFINE TUS OBJETIVOS PROFESIONALES. Antes de empezar a buscar empleo tienes que tener claro que vas a buscar.

> Escribe al menos, cinco ocupaciones en las que te gustaría trabajar:

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

> Escribe ahora las ocupaciones en las que realmente podrías trabajar gracias a tu formación y/o experiencia profesional y situación del mercado laboral.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

> Por último, especifica las tareas principales de una de las ocupaciones que puedes trabajar y las habilidades necesarias para el desempeño de estas tareas:

CURRICULUM

El currículum es **el medio de comunicación que permite transmitir nuestros conocimientos**, formación, experiencia profesional y habilidades.

A CONTINUACIÓN DESCRIBIMOS DISTINTOS TIPOS DE CURRÍCULUMS:

CURRICULUM CRONOLÓGICO

Este tipo de currículum es el más tradicional y usado, es claro y fácil de entender, ya que resalta de forma organizada la carrera profesional. Se emplea para destacar que se ha progresado en un campo determinado y muestra el orden que se ha seguido a lo largo de la trayectoria profesional y educativa. A diferencia de los otros tipos de currículum, pone en relieve la estabilidad y la evolución.

Este puede ser *cronológico directo* donde se presenta la información ordenada por fechas partiendo de lo más antiguo a lo más reciente y el *cronológico inverso*, que consiste en ordenar los datos empezando por las fechas más recientes, siendo este último el más utilizado.

CURRICULUM TEMÁTICO

Se distribuye la información por temas y proporciona un conocimiento rápido de tu formación y experiencia en un ámbito determinado. Se centra el currículum en el apartado que más interés destacar a cada persona. Es un perfecto instrumento de marketing porque como no sigue una progresión cronológica, permite seleccionar los puntos fuertes y omitir los puntos débiles como periodos de paro, cambios de trabajo, etc... Lo puedes utilizar si tienes periodos inactivos y en sectores diferentes.



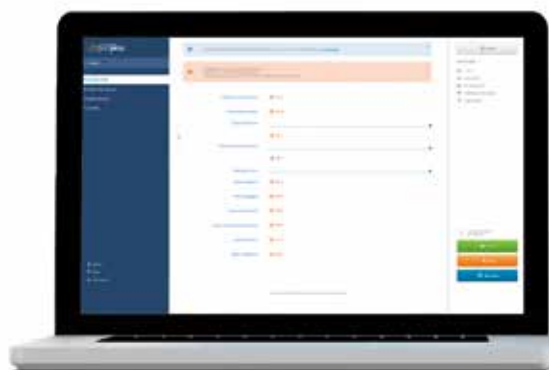
CURRICULUM POR COMPETENCIAS

Este tipo de currículum hace hincapié en las habilidades que tiene el candidato. Menciona las competencias que dispone y los logros que ha conseguido para esas habilidades. Es uno de los currículums más complejos de elaborar ya que requiere un buen ejercicio de autoanálisis respecto a qué has conseguido en el trabajo, qué retos has superado, cómo eres, cuáles son tus puntos fuertes y áreas de mejora.

CURRICULUM EUROPEO (EUROPASS)

Este tipo de CV está pensado, fundamentalmente, para quienes ya tienen al menos dos años de experiencia profesional, por lo que para los recién licenciados, de momento, es recomendable utilizar el modelo de CV estándar.

Es el modelo recomendado por la Comisión Europea con la idea de unificar el tipo de currículum utilizado por profesionales en todo el ámbito de la Unión Europea.



EN LA WEB:

<https://europass.cedefop.europa.eu/editors/es/cv/Compose>
puedes encontrar una plantilla para elaborar este tipo de currículum.



CURRICULUM INFOGRÁFICO

Es un currículum muy visual en el que los diferentes apartados están expuestos a través de gráficas, imágenes y textos cortos. Recomendable para perfiles técnicos y sobre todo que estén relacionados con el diseño gráfico, marketing o que el desempeño de la profesión requiera un componente de creatividad. Al ser tan conciso, antes de elaborarlo hay que seleccionar y filtrar la información que se quiere transmitir.

En la web *modelocurriculum.net* hay diferentes plantillas de currículum vitae que te pueden servir como plantilla.

SIMULACIÓN de un CV hecho en
[http://www.modelocurriculum.net/
modelos-y-plantillas-de-curriculum-vitae](http://www.modelocurriculum.net/modelos-y-plantillas-de-curriculum-vitae)



CURRICULUM 2.0

El Currículum 2.0 no es más que un currículum vitae online, hecho por y para ser visto en Internet, a través de una pantalla. Los tiempos han cambiado, las nuevas tecnologías siguen en su imparable evolución y hoy en día es más fácil llegar a cualquier lado y darse a conocer de forma inmediata a través de las redes sociales o Internet. Es precisamente la ventaja de las que se "aprovecha", haciendo así que llegue al máximo número de personas posible.

Hay múltiples herramientas para crear currículum online, entre ellas están:

- > About.me.
- > Visualize.me.
- > Re.vu.
- > Cuvitt.
- > mi-currículum-vitae.com.
- > CVgram.



Alex Serrano

En su blog recopila +700 Plantillas para currículum gratis
<http://alexherrano.es/680-plantillas-para-curriculum-gratis/>

PLANTILLAS PARA CURRICULUM



Claudio Russo Inacio

Recopila 40 plantillas de Currículum Vitae gratis y premium para crear CV originales
<http://claudioinacio.com/page/3/>



*"No podemos cambiar
la dirección del viento,
pero si es posible
ajustar las velas".*



ACTIVIDAD

- > **ELABORA TU CURRÍCULUM VITAE**, utilizando el modelo (cronológico, temático,...) que más se ajuste a tu perfil profesional.



2 HERRAMIENTAS BÁSICAS PARA LA BÚSQUEDA Y GESTIÓN DE LA INFORMACIÓN

EL CORREO ELECTRÓNICO

Internet es el medio para encontrar trabajo y el **correo electrónico es el medio principal de comunicación a través del cual nos comunicamos con las empresas.**



Una de las tareas más frecuentes es enviar nuestro currículum vitae a través de él, bien respondiendo a una oferta de trabajo o bien haciendo una autocandidatura. Es importante facilitar la tarea de recepción de nuestro currículum vitae al perceptor del mismo, pues ya en este paso estamos ofreciendo una imagen de nosotros mismos, para ello tenemos que tener en cuenta:

- > Utilizar una **cuenta de correo profesional**. Es importante que el nombre de usuario sea formal, puede ser nombre y apellido, pero nunca diminutivos o apodos.
- > Enviar el currículum vitae **desde el correo electrónico que conste en él**.
- > Preferiblemente enviar el currículum vitae **en formato pdf**, ya que esto impide que nuestro cv pueda ser modificado y se mantenga la estructura del documento inicial.
- > **Nombrar el archivo con tu nombre y apellidos** para facilitar la localización del documento por parte del seleccionador.
- > Especificar **correctamente el contenido y el asunto del correo**.

ACTIVIDAD



- > **CREA UNA CUENTA DE CORREO ELECTRÓNICO** formal exclusivamente para la búsqueda de empleo:

ESPACIO EN LA NUBE O CLOUD DRIVE

El ESPACIO EN LA NUBE o CLOUD DRIVE es un servicio ofrecido normalmente por empresas privadas que tiene como objetivo para el consumidor **disponer de un espacio de almacenamiento para todo tipo de archivos digitales** (documentos de texto, fotos, vídeos, audio, etc.) con el fin de disponer de los mismos desde cualquier lugar donde se encuentre siempre que disponga, para ello, de una conexión a Internet.

Es un servicio gratuito, los usuarios disponen de una cuenta de almacenamiento limitado. Con esto nos permite tener de una forma fácil y accesible nuestra carpeta con la información sobre la búsqueda de empleo (cvs, cartas de presentación, agenda de búsqueda de empleo, listados, acreditaciones, referencias,...).

Los dos servidores más utilizados en la actualidad son **Dropbox** de la empresa del mismo nombre y el servicio **Drive** de Google.



Los archivos estarán accesibles siempre que disponga, para ello, de una conexión a Internet.

GOOGLE DRIVE

https://www.google.com/intl/es_es/drive/

DROPBOX

https://www.dropbox.com/es_ES/



ACTIVIDAD

- > **CREA UN ESPACIO EN LA NUBE** en cualquiera de los dos servidores (**google drive o dropbox**) en el que guardarás toda la documentación relacionada con el empleo (CV, carta de presentación, listados de empresas, agenda de búsqueda, etc.).



3 BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN Y EMPLEO EN LA RED

PORTALES DE EMPLEO

Como hemos comentado anteriormente, internet se ha convertido en un elemento imprescindible en la búsqueda de empleo, una realidad bajo la que se han creado un gran número de portales online con ofertas de empleo.

En España las empresas han recurrido históricamente a los contactos personales como principal vía de búsqueda de trabajadores.

Sin embargo, esto también está cambiando con la llegada de internet, cada vez más las empresas recurren a los portales de empleo como medio de reclutamiento de candidatos.

Un portal de empleo es un sitio web especializado donde se integra oferta y demanda de empleo existente en el mercado laboral.

El **objetivo principal** de estos espacios es ofrecer a sus usuarios un servicio de búsqueda de empleo en línea de forma rápida y sencilla. El portal de empleo agrupa múltiples vacantes de empleo de distintas empresas e instituciones existentes en el mercado laboral de un área geográfica concreta.

Los usuarios, por su parte, deben registrarse en el portal, insertar su currículum vitae a través de la red, lo que les permite estar informados de ofertas de empleo en función de sus intereses. La búsqueda de empleo puede realizarse por medio de distintas categorías, bien sean geográficas, por sectores u ocupaciones.

ESTOS PORTALES SUELEN INCLUIR MUCHOS SERVICIOS AÑADIDOS, ENTRE LOS QUE NOS GUSTARÍA RESALTAR LOS SIGUIENTES:

- > **Clasificación de ofertas** por sectores según actividad, zonas geográficas, remuneración, palabra clave, etc.
- > **Posibilidad de “subir” la carta de presentación y el Currículum Vitae a la web**, así como de actualizarlos en cualquier momento.
- > **Consejos profesionales** para elaborar el C.V, consejos para su redacción (formatos y plantillas), corrección y traducción.
- > **Información sobre el mercado laboral.**
- > **Sugerencias** para superar las entrevistas de trabajo y test psicotécnicos, etc.
- > **Envío de alertas** (nuevas ofertas de empleo) por correo electrónico, según los criterios seleccionados.
- > **Información sobre cursos** de actualización, posgrados, becas, oposiciones, etc.
- > **Foros** para intercambiar ideas con otros candidatos.



EN GRANDES RASGOS PODEMOS CLASIFICAR DOS TIPOS DE PORTALES DE EMPLEO:

GENERALISTAS:

En estos portales aparecen publicadas ofertas de empleo para cualquier actividad y área profesional indistintamente. Han tenido un gran crecimiento en los últimos años, pasando de ser simples tableros de anuncios a auténticas plataformas integradas de ofertas de empleo y solicitud de trabajo por parte de los candidatos.

ESPECIALIZADOS O SECTORIALES:

Se dedican a búsquedas especializadas en sectores específicos como por ejemplo empleo del ámbito educativo, hostelería, para personas con discapacidad, etc.

VENTAJAS DE LOS PORTALES DE EMPLEO:

- > INFORMACIÓN COMPLETA SOBRE CADA OFERTA.
- > SE PUEDE ACCEDER A MÁS INFORMACIÓN RELACIONADA CON LA BÚSQUEDA DE EMPLEO.
- > PERMITEN TENER VARIOS CURRÍCULUM POR CADA SECTOR DE NUESTRO INTERÉS.
- > OFRECE UN SEGUIMIENTO DE LAS CANDIDATURAS.



DESVENTAJAS DE LOS PORTALES DE EMPLEO:

- > MUCHOS CANDIDATOS LO UTILIZAN.
- > EL PROCESO PARA REGISTRARSE ES A VECES LARGO Y TEDIOSO.
- > EN MUCHOS PORTALES NO SE PUEDE AÑADIR EL CURRÍCULUM DIRECTAMENTE.



LOS PORTALES DE EMPLEO MÁS UTILIZADOS SON:

TRABAJASTUR (www.trabajastur.es)

Página del servicio público de empleo del Principado de Asturias. Donde encontraras información relativa:

- > Ofertas de empleo.
- > Oferta de formación para el empleo.
- > Programas de empleo y formación.
- > Empleo y discapacidad.
- > Certificado de profesionalidad.
- > Acreditación de competencias.
- > Directorios de interés.
- > Información sobre prácticas no laborales.
- > Orientación Laboral.
- > Información del mercado laboral.

Además, de permitirnos realizar trámites relacionados con la demanda de empleo sin necesidad de acudir presencialmente a la oficina del SEPE, tales como (dar de alta, renovar la demanda, cambiar datos profesionales y personales, etc.).

EMPLÉATE (www.empleate.gob.es)

Portal de empleo del servicio público de empleo a nivel Estatal. A continuación señalamos la información más destacada que recoge:

- > Ofertas de empleo.
- > Formación.
- > Agencias de Colocación.
- > EURES.
- > Empleo para personas con discapacidad.
- > Normativas sobre políticas de empleo.

**INFOJOBS** (www.infojob.net)

Es uno de los portales más conocido y más utilizado. Según un informe elaborado por el propio portal, 389.188 personas consiguieron trabajo a través de él, lo que lo avala como el portal líder en empleo en España. En los últimos años está lanzando una nueva iniciativa dirigida a puestos directivos "InfojobsExclusive".

**Los portales de empleo más conocidos para personas con discapacidad son:**

Queremos destacar el **portal de empleo de la Agencia de Colocación de COCEMFE Asturias**, a través del cual los usuarios pueden preinscribirse a la agencia de colocación, donde podrán ver las ofertas de empleo que gestiona la entidad y postularse a ellas.



https://gestionandote.com/recursos/empleo/details2?nombre=cocemfe_asturias

Si deseas ver
otros portales
utilizados **ANEXO 1**
PÁGINA 46

ACTIVIDAD**CONSULTA EL PORTAL DE EMPLEO DE COCEMFE Asturias:**

- > Si no estás registrado, preinscríbete.
- > Si ya estas registrado, revisa tu perfil.
- > Revisa las ofertas de empleo e inscríbete en aquellas que se ajusten a tu perfil.
- > Inscríbete en uno de los portales de empleo que se cita en este manual.



https://gestionandote.com/recursos/empleo/details2?nombre=cocemfe_asturias

BUSCADORES DE EMPLEO

Los buscadores y metabuscadores **recopilan las ofertas de empleo publicadas en los distintos portales de empleo** y te dirigen a ellos para que puedas inscribirte en aquellas que te interesen.

Son buscadores del tipo Google, pero especializados en ofertas de empleo. Si les facilitas tu correo electrónico y tus intereses profesionales, cada cierto tiempo recibirás un email con un listado de ofertas que podrían adaptarse a tu perfil.

Esto te servirá para agilizar, economizar tiempo y que tu búsqueda de empleo sea más rápida y efectiva.

Ventajas de los buscadores de empleo:

- > Acceso a muchas ofertas de empleo
- > Posibilidad de buscar en ubicaciones concretas y por categorías.

Inconvenientes de los buscadores de empleo:

- > Puede haber ofertas desactualizadas.
- > Mala organización de la información.
- > Mucha información que puede no ser relevante.



www.trovit.es



www.jobeeper.com



www.indeed.es



ACTIVIDAD

- > **CREA UNA ALERTA DE EMPLEO** adecuada a tu perfil profesional en uno de los metabuscadores mencionados anteriormente.



EMPLEO PÚBLICO

En internet también podemos encontrar páginas que **recogen las convocatorias de empleo público vigentes en el momento**, tanto a nivel Estatal como provincial.



SE PUEDEN CONSULTAR CONVOCATORIAS DE EMPLEO PÚBLICO EN:

http://administracion.gob.es/pag_Home/empleoBecas/empleo.html

<http://www.empleopublico.net>

<http://www.opositor.com>

ACTIVIDAD



REALIZA UNA BÚSQUEDA DE LAS CONVOCATORIAS DE EMPLEO PÚBLICO que hay en vigor en tu comunidad y valora si alguna encaja con tu perfil profesional.

Investiga según tu formación a que convocatorias podrías presentarte.

PÁGINAS DE EMPLEO

Cuando hablamos de páginas de empleo no nos referimos en exclusiva a páginas web en las cuales se nos informa sobre ofertas de trabajo, sino más bien a **páginas de anuncios clasificados en su mayoría, los cuales también cuentan con una categoría llamada empleo o trabajo**, en la que están publicadas las ofertas/demandas de empleo.



Ofertas que también pueden ser buscadas por **palabra clave, por categoría laboral o por fecha de publicación de la oferta por ejemplo.**

Hay que tener cuidado ya que podemos encontrar alguna oferta que puede ser engañosa, debido, sobre todo, a que muchas páginas no cuentan con un sistema efectivo que compruebe la veracidad y seriedad de la oferta publicada.

También es cierto que en este tipo de páginas podemos encontrar ofertas de trabajo que no vemos en los portales de empleo. Son un buen lugar para promocionarnos y poner nuestro propio anuncio de empleo.

De modo que, las páginas de empleo funcionan como páginas web donde se almacenan ofertas y demandas (a veces mezcladas entre ellas), y en las cuales accedemos de manera mayoritaria a las ofertas de empleo de particulares y de pequeñas empresas que utilizan este servicio gratuito para buscar empleados o en las cuales muchos candidatos se ofrecen para trabajar. No es una opción mejor ni peor que otras, es una opción de empleo más a valorar y considerar.

Ventajas de las páginas de empleo:

- > Contactas directamente con la empresa, sin intermediarios.
- > Se puede poner anuncios de empleo gratuitamente, donde nuestra demanda de empleo puede llegar a una gran audiencia.
- > El buscador permite realizar búsquedas concretas.

Desventajas de las páginas de empleo:

- > Aparecen ofertas que son estafas o fraudes.
- > Las ofertas y las demandas a veces están mezcladas.

Las páginas de empleo, en fin, procuran una nueva alternativa que no encontramos en otras posibilidades como la de poner un anuncio de empleo en el cual explicar que buscamos trabajo en cierto sector e indicar lo más breve y conciso posible las razones por las cuales los particulares o empresas deberían llamarnos para concertar una entrevista. Es el mismo proceso que antes se utilizaba cuando se ponían un anuncio en soporte papel pero a nivel virtual, con todas la ventajas e inconvenientes que ello supone. Es una forma adaptada a internet de auto candidatura en la cual podemos poner a nivel público nuestra solicitud de empleo y motivar para que se pongan en contacto con nosotros a través del medio que decidamos (email o teléfono).

Páginas de empleo más destacadas ANEXO 2 (Página 47).



ACTIVIDAD

- > **VISITA alguna de las páginas de empleo señaladas.**



ESPACIOS EMPRESARIALES

Una de las mayores utilidades que ofrece la red a las empresas es **la publicación y difusión de oferta de empleo a través de su web y de las redes sociales.**

Las grandes empresas introducen en su propia página web un espacio relacionado con el empleo, en el que publican sus propias ofertas de empleo y permiten insertar a los candidatos su currículum vitae.



El procedimiento para incluir nuestro currículum en las webs de las empresas pasa por la inscripción en la página y completar los formularios solicitados al estilo de otras opciones de empleo ya vistas en apartados anteriores, o bien simplemente adjuntar nuestro currículum vitae en la web de la empresa.

En este medio de búsqueda de empleo no existen intermediarios. Se produce un contacto más directo entre el candidato y la empresa. Las

empresas reciben directamente la candidatura de empleo y pueden valorarla.

A pesar de que quizá nos resulte tedioso el procedimiento, es bueno incluir nuestro currículum en aquellas empresas que pertenezcan a los sectores profesionales acordes a nuestro perfil, con el fin de ampliar nuestras posibilidades y que sean las empresas las que nos conozcan y se pongan en contacto con nosotros.

Además, son muy útiles porque en todas ellas suele estar colgada información relativa a la propia empresa así como productos, servicios, política de empresa, estrategias..., que son de gran valor para los candidatos que se postulan a dicha empresa. Por lo que es sumamente importante que antes de acudir a una entrevista de trabajo, previamente visitemos su página web.

Ejemplos de páginas de empresas
ANEXO 3 (Página 48).



ACTIVIDAD

- > **INCLUYE TU CURRÍCULUM VITAE en varias empresas punteras del sector empresarial acorde a tus objetivos profesionales.**

EMPRESAS DE TRABAJO TEMPORAL

Las Empresas de Trabajo Temporal (ETT) son aquellas empresas **cuya actividad consiste en reclutar trabajadores de diferentes sectores o especialidades con el fin de ponerlos a disposición de otras empresas** que por determinadas circunstancias necesitan cubrir puestos de trabajo temporalmente.



Las ETT son un buen lugar donde presentar nuestras candidaturas de empleo, ya que si bien los trabajos son temporales, cuentan con un gran número de ofertas de sectores profesionales muy distintos que pueden resultar interesantes.

En internet podemos consultar todas las ETT, que solicitan el registro de los candidatos a través de su página web (introducción de datos académicos y profesionales) de manera que los intermediarios puedan dar a la empresa toda la información que necesitan para que puedan valorar al candidato.

Las ETT juegan un papel importante en el mundo laboral actual, puesto que algunas empresas acuden a veces más a ellas como gestores de colocación que a los portales de empleo u otras posibilidades de búsqueda de candidatos, principalmente por la sencillez y la rapidez de las gestiones a realizar.

Ventajas de las ETT

- > Respuesta directa a la oferta con la simple inclusión del currículum.
- > Buena información relativa a las ofertas.
- > Informan sobre el periodo de aceptación de candidaturas.
- > Se muestran otras informaciones laborales interesantes (noticias, recursos, consejos de empleo).

Desventajas de las ETT

- > Son trabajos temporales (con fecha de inicio y fecha de finalización).
- > Los procesos de registro pueden ser largos.
- > Problemas con la actualización de las ofertas.
- > En muchas páginas no podemos hacer un seguimiento de las candidaturas enviadas.

Ejemplos de las páginas de ETT más relevantes ver ANEXO 4 (Página 49).

ACTIVIDAD



REGISTRA TU CURRÍCULUM en varias empresas de trabajo temporal en donde encuentres más ofertas acorde a tu perfil profesional.



APLICACIONES MÓVILES (APPS)

Entre los diferentes medios para la búsqueda de empleo en la red, de todos ellos **los dispositivos móviles, como el teléfono móvil, la Tablet y, ahora el smarthwatch pueden ser tu mejor aliado gracias a la facilidad e inmediatez de acceso a internet y a las numerosas aplicaciones que han surgido para cubrir nuestras necesidades.**

De hecho, el smartphone es el instrumento que más se usa en la digitalización de la búsqueda de empleo, ya sea a través del navegador, el correo electrónico o utilizando las diferentes aplicaciones especializadas en la búsqueda de empleo que están apareciendo.



LAS PRIMERAS APLICACIONES A TENER EN CUENTA SON LAS DESARROLLADAS POR ORGANISMOS PÚBLICOS:



Una de ellas es la nueva aplicación que ha lanzado el **SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS**. Se trata de una app gratuita donde es posible encontrar los principales contenidos y servicios que se ofrecen en la web.

OFERTAS DE EMPLEO

Tanto de Asturias como de España y con la posibilidad de filtrarlas por nombre del puesto que buscas como por el sector en el que quieres desarrollarte profesionalmente.

CURSOS DE FORMACIÓN

Es posible realizar un filtrado por sector laboral, fechas, estado del curso, colectivo al que se dirige y lugar en el que se va a desarrollar. Pudiendo acceder a toda la información de cada curso y abriendo, si quieres preinscribirte, en el navegador de tu móvil el formulario del curso.

MI DEMANDA DE EMPLEO

Es posible gestionar el alta, baja o suspensión de tu demanda, además de renovarla.

TE INTERESA

Aquí se encuentra información sobre recursos, servicios y actividades de interés en la búsqueda de empleo y/o el emprendimiento.

SOLICITA ORIENTACIÓN

Enviando los datos personales se podrá solicitar una cita con uno de los orientadores laborales de forma muy sencilla.

NOTICIAS

En este apartado el Servicio Público de Empleo propone artículos sobre orientación laboral, búsqueda de empleo, emprendimiento, etc.



JOBS: Con esta app accederás a las ofertas de empleo de la Unión europea.



EMPLEO PÚBLICO. Esta aplicación pone a tu disposición toda la información sobre las ofertas de empleo público tanto de la administración local, como autonómica, nacional, europea e incluso de los organismos internacionales.

APLICACIONES DESARROLLADAS POR ORGANISMOS PRIVADOS



JOBEEPER: La aplicación localiza las ofertas que te interesan, en función de tu currículum o región, y te las *envía automáticamente a tu móvil*. Lo más destacable de esta 'app' para encontrar trabajo es que, además de recibir las ofertas al instante, no necesita registro por parte del usuario.



JOBANDTALENT: Los usuarios pueden crear su perfil en pocos minutos y, a partir de ese momento, comienzan a recibir ofertas de empleo adecuadas a su perfil profesional. El candidato recibe en su móvil una notificación y, con un simple gesto, puede inscribirse o descartarla. *"Nuestra tecnología aprende de este comportamiento y se autoajusta para afinar y ofrecer las mejores recomendaciones"*, asegura Felipe Navío, cofundador y co-CEO de Jobandtalent. Además, los candidatos también pueden chatear con las empresas que les interesen para resolver posibles dudas y concertar una entrevista rápidamente.



JOBTODAY: Esta aplicación, disponible en App Store y Google Play, que se centra fundamentalmente en el sector Servicios, permite conocer los detalles de una oferta de empleo de forma casi instantánea y *acotar la búsqueda a una determinada área geográfica*. Además, también facilita al usuario la posibilidad de ponerse en contacto con la empresa que le interese mediante un servicio de chat. En los ocho meses después de su lanzamiento en España, *esta app ha ayudado a más de 10.000 personas a encontrar empleo*.

ACTIVIDAD



DESCÁRGATE LA APLICACIÓN DEL SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO EN TU MÓVIL para estar informado en cada momento de las ofertas de empleo y formación.



BLOGS DE EMPLEO

Los blogs de empleo **aportan mucho contenido y consejos de gran calidad relacionados con la búsqueda y obtención de un puesto de trabajo**, por lo que creemos que estos blogs son sin duda de interés general para todo aquel que quiera mejorar sus capacidades en materia de empleo.

Por eso, te presentamos aquí nuestra recopilación los blogs de empleo más importantes en los que se tratan temas tales como: curriculum vitae, selección de personal, consejos y herramientas para la búsqueda de empleo, entrevistas y reclutamiento, etc.

[Ver ejemplos de blogs de empleo](#)
ANEXO 5 (Página 49)



ACTIVIDAD

- > VISITA UN BLOG DE EMPLEO y lee los artículos que se relacionan con la búsqueda de trabajo en la RED.

4 REDES SOCIALES

Podríamos definir las redes sociales como **estructuras sociales compuestas por grupos de personas, que están conectadas por uno o varios tipos de relaciones, como amistad, parentesco, intereses comunes o que compartan conocimientos.**



Ciñéndonos al ámbito de Internet, se definen como páginas que permiten a las personas conectar con amigos para compartir intereses comunes, realizar colaboraciones de trabajo, intercambiar lecturas, etc., convirtiéndose en un elemento de negocio para empresas, artistas y profesionales.

Concretando un poco, podemos decir, que hacen referencia a un conjunto de personas con un interés común que se comunican a través de internet.

En los últimos años, **las redes sociales forman parte de nuestra vida y desde hace tiempo han dejado de ser sólo una herramienta de entretenimiento para convertirse en una de trabajo**, tanto para empresas como para trabajadores. En ellas volcamos mucha información sobre nosotros, lo cual es una mina para los reclutadores, de una forma sencilla pueden saber muchas cosas sobre nosotros.

Ventajas a nivel personal

- > Reencuentro con conocidos.
- > Eliminan las fronteras geográficas.
- > Establecer conexiones con el mundo profesional.
- > Acceder a información actualizada sobre temas de interés.
- > La comunicación puede ser en tiempo real.
- > Pueden generar movimientos masivos de solidaridad ante diversas situaciones.
- > Son dinámicas para producir contenido en internet.
- > Ofrecen la oportunidad de añadir nuevos miembros.





Ventajas a nivel laboral

- > El 80% de los directores de Recursos Humanos de España buscan el nombre del candidato en Internet.
- > Incluso se buscan candidatos directamente en la red, hay que hacerse visibles.
- > Nosotros decidimos a cerca de la información que mostramos, como la mostramos y a quien la mostramos.

Desventajas a nivel personal

- > Pueden ser peligrosas si no se configura la privacidad correctamente, pues suponen una exposición de nuestra vida privada.
- > Hay que ser discreto con lo que se publica, sobre todo si gente con la que nos relacionamos en el ámbito laboral es parte de nuestros contactos en la red social.
- > Es insuficiente el control de datos.
- > Si no se utilizan bien pueden llegar a consumir una gran cantidad de nuestro tiempo.
- > Pueden apoderarse de todos los contenidos que publicamos.

LAS REDES SOCIALES PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO



FACEBOOK

Es la red social que más usuarios atrae, además es uno de los sitios más visitados después de google.



LINKEDIN

Red compuesta por millones de usuarios y miles de empresas cuyo objetivo principal es ayudar a profesionales de diversos sectores a contactar con otros profesionales y generar negocios.



TWITTER

Permite expresar en tan sólo 140 caracteres el estado actual, siendo una de las cosas que más han gustado a los usuarios, la capacidad de ver al instante.



XING

Es de ámbito profesional, su principal finalidad es gestionar contactos y crear conexiones entre personas de cualquier sector profesional.

FACEBOOK

Es la red social más grande con más de 300 millones de usuarios y disponible en más de 20 idiomas.

Facebook, como cualquier red social puede servir, además de para contactar con amigos y familiares, para darse a conocer, ampliar nuestra red de contactos profesionales, y encontrar oportunidades de empleo. Aunque no se creó inicialmente para ese fin, ha ido incorporando funciones para usarla en la búsqueda de empleo, y hoy puede ser enormemente útil para la búsqueda de empleo con un perfil bien configurado.

Inscribirse es sencillo, basta una dirección de correo electrónico como requisito y la elección de una clave.

Página de inscripción de facebook: www.facebook.com.

Para cualquier usuario, las ventajas que ofrece Facebook son:

- > Contacto permanente con familiares y amigos.
- > Disponibilidad de la Red Social 24 horas al día.
- > Bajo coste económico.
- > Creación de un perfil visible para posibles ofertas de empleo sin límites territoriales.
- > Puede ser una herramienta útil para obtener información sin intermediarios con empresas que nos interesen.

Recomendaciones para utilizar facebook como herramienta de búsqueda de empleo:

- > Crear o adaptar nuestro perfil a nuestro objetivo profesional, encontrar empleo.
- > Configuración general de la cuenta, el nombre de usuario debe de ser nuestro nombre completo así como la dirección de correo debería ser la que utilizamos de forma habitual para buscar trabajo.
- > Elige una foto adecuada para tu perfil. Una foto profesional pero lo más natural posible.
- > Utilizar bien las utilidades de Facebook para brillar, para que nos vean (crear reputación digital, marca en la red), para hacer contactos profesionales y para encontrar ofertas u oportunidad de empleo.
- > Crea y comparte contenido de interés que te aporte valor, compartiendo noticias, enlaces y videos relacionados con tu profesión.
- > Busca contactos profesionales en la red utilizando el buscador y trata de acercarte a ellos.
- > Únete a grupos. Los grupos te pueden servir para hacer nuevos contactos profesionales, presentándote a posibles empleadores. Participa en ellos y da a conocer tu nombre.

EJEMPLOS



Página de facebook "Al paro ofertas y demandas"



Página de facebook "Empleo público de Asturias"

TWITTER

Twitter es una red social que permite estar en contacto con otros usuarios en tiempo real a través de la publicación de mensajes, llamados Tweets, que tienen una extensión máxima de 140 caracteres.

Esta herramienta es popularmente conocida por muchas personas en su faceta más lúdica. No obstante, Twitter es un medio potencial para la búsqueda de empleo y del que prácticamente cualquier tipo de perfil profesional se puede beneficiar.



Recomendaciones para utilizar Twitter como herramienta de búsqueda de empleo:

- > Sigue a portales de empleo y empresas de reclutamiento.
- > Sigue a empresas de tu sector.
- > Sigue a profesionales destacados de tu sector, así como a recruiters de empresas en las que te interesaría trabajar y trata de entablar relación con ellos.
- > Tuitea acerca de temas relacionados con tu profesión o con las profesiones que estás buscando. Aporta valor.



EJEMPLOS



@empleoytrabajo



@AlertasTrabajo



@Buscar_Trabajo



@empleocero

Son algunos ejemplos de cuentas que publican oportunidades de cualquier territorio de España. Además, también divulgan noticias relacionadas con el mercado laboral y la búsqueda de empleo o cursos de formación.

LINKEDIN

Linkedin es una de las redes sociales profesionales más potentes y consideradas del mundo en estos momentos. Muchos profesionales de todos los sectores utilizan las aplicaciones de Linkedin para encontrar a los candidatos adecuados a distintas Ofertas de Empleo de su empresa.



Recomendaciones

- > LinkedIn es, con diferencia, la red social más utilizada para buscar empleo a nivel nacional e internacional. Por eso, es muy importante que cuando estés realizando una búsqueda activa de empleo, le dediques mucho tiempo a conseguir una buena base de contactos de calidad, que te pueden generar las oportunidades profesionales que tanto deseas.
- > Cuanta más información facilitemos en nuestro perfil, más posibilidades tenemos de obtener éxito en la búsqueda de empleo.
- > Uno de los aspectos que más tenemos que cuidar en esta Red es el contenido de nuestras publicaciones, ya que no es una red para el ocio, sino que tiene un componente profesional muy importante. Por tanto, las fotos, los comentarios, videos, etc., deben ser seleccionados con sumo cuidado.
- > Es importante actualizar constantemente nuestro estado y comentar las publicaciones de nuestros contactos.
- > Sigue las empresas que te interesan. Identifica aquellas empresas en las que te gustaría encontrar alguna oferta de empleo o las que son relevantes en tu sector, para estar atento a su actividad. Con ello, sabrás cuando estarán en proceso de selección de personal.
- > Invita a los Directivos de empresas que te interesan así como a las personas responsables de recursos humanos, para que vean tu trayectoria profesional y habilidades.



ACTIVIDAD



Crea una cuenta de FACEBOOK y únete a grupos de búsqueda de empleo.

Crea un perfil en LINKEDIN.



MARCA PERSONAL

PORQUÉ UNA MARCA PERSONAL

En la Era Digital, donde **la principal forma de buscar empleo es a través de Internet**, la información de nuestros perfiles sociales adquiere mayor importancia. Las empresas no solo revisan los currículums que reciben, sino que investigan a través de las redes a los candidatos con la finalidad de obtener un conocimiento más amplio sobre su vida laboral e incluso personal.

Estamos en un mercado laboral competitivo, saturado y en el que los profesionales son homogéneos. Una MARCA PERSONAL nos hace sobresalir como profesionales independientes.

No hay que dar muchas explicaciones para saber que en el desarrollo profesional y laboral, especialmente en la búsqueda de empleo, es importante e incluso fundamental la percepción que los demás tienen de ti a la hora de lograr tus objetivos y conseguir que te contraten. No basta con ser bueno en algo, los demás tienen que saberlo y entenderlo así.

Marca Personal, en inglés *Personal Branding*, en realidad no es más que la utilización de técnicas de marketing en el ámbito personal. Parte de la idea de que el profesional debe considerarse a uno mismo como una Marca Comercial y a partir de ahí definir los valores de marca, establecer acciones para protegerlos y transmitirlos, al

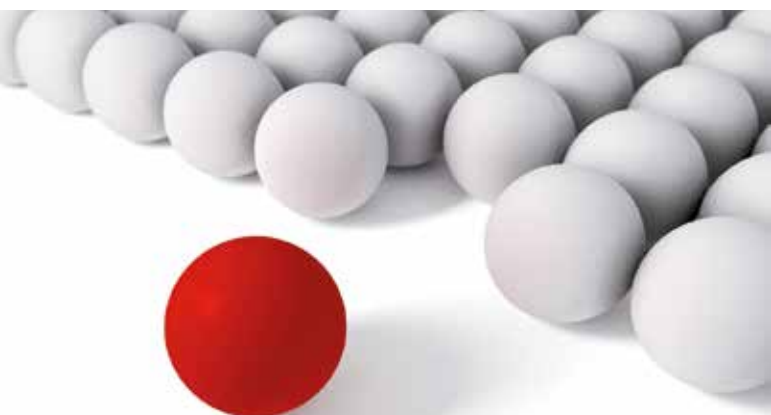
igual que hacen las empresas. No se trata de vender humo o intentar mostrar algo que no eres, si no conseguir que tus fortalezas brillen por sí solas y que refuercen la imagen que los otros tienen de ti.

El término "branding" es una definición antigua que tiene su origen en el marcaje de las reses de las ganaderías para poder identificarlas. Por lo tanto la Marca/Branding no es un concepto moderno u originado por el marketing sino que ha existido siempre, pero con otro nombre (prestigio, reputación, etc...) relacionando a la persona con algo valioso, fiable y deseable.



MARCA PERSONAL nació como una técnica para conseguir trabajo. **Tom Peters**, es considerado uno de los precursores de este término, a raíz de una publicación que realizó en 1997 llamada "The Brand Called You".

En su artículo Tom Peters destaca la importancia que tienen las marcas comerciales para las personas, considerando que toda la gente debe verse a sí misma con una marca en constante competencia con otras marcas, en lo que denomina "una economía de agentes libres". Cada uno tiene la oportunidad de sobresalir en aquello que le gusta profesionalmente desarrollando sus habilidades personales. Pero no sólo eso, las TIC nos permite crear canales de comunicación que nos ayudan a dar forma a nuestras marcas y que al mismo tiempo tendrían éxito y audiencia por el valor propio de nuestra marca.



*"Si nuestra única oportunidad es ser iguales,
NO es una oportunidad"*

LECTURA RECOMENDADA



Tom Peters.

La **CLAVE DE LA MARCA PERSONAL** consiste en ser consciente de la percepción que los demás tienen de ti. Y el proceso de marca personal exitosa es lograr que esa percepción coincida con la que tú tienes de ti mismo y quieres transmitir de forma natural. Pero no puede ser un disfraz, se trata de conseguir credibilidad por lo que eres realmente, no por lo que dices que eres.

La Marca Personal es importante por:

- > Te ayuda a destacar sobre el resto. Te permite diferenciarte positivamente a los ojos del reclutador.
- > Tienes más seguridad y confianza. Hace que tu trabajo sea más interesante para ti.
- > Te ayuda a concentrarte en los temas que te apasionan.
- > Tu trabajo es más gratificante.
- > Das más valor a tu trabajo, mejor imagen, mejor reputación, más oportunidades.
- > Aumenta tus opciones de empleabilidad.
- > Te facilita los pasos para que te plantees incluso el autoempleo, tienes una red de contactos y potenciales clientes.
- > Aumenta tu influencia, valor, reputación, independencia, control, etc.

Según **Andrés Pérez Ortega**, experto en **Marca Personal**, los principios básicos que debe tener en cuenta a la hora de construir una marca personal conocida y reconocida son:

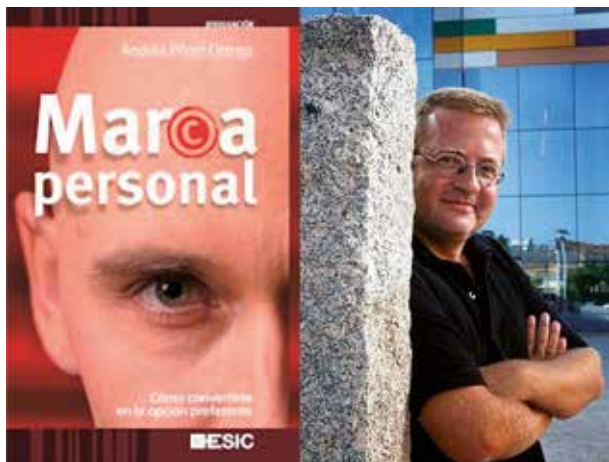
- > **Relevancia:** Debes tener algo realmente útil que ofrecer. La relevancia implica que para crear una marca personal debemos, ante todo, ser útiles, satisfacer una necesidad y hacerlo bien. A pesar de lo que se piensa, el posicionamiento de la marca (branding) o la gestión de marcas, personales o comerciales, no es vender humo. Si detrás de una marca no hay un beneficio real, ésta durará muy poco.
- > **Confianza:** Debes conseguir ser fiable. Pero eso no es suficiente. Vivimos en un mundo en el que hay muchas personas capaces de satisfacer una necesidad o realizar un trabajo. Lo importante es ganarse la confianza, una buena reputación de profesional consistente y eficaz. Eso nos hace valiosos y aumenta las probabilidades de ser elegidos en un mercado competitivo y homogéneo.
- > **Notoriedad:** Debes intentar aparecer en todos los foros en los que se encuentren tus posibles clientes. De nada sirve ser útil y fiable si nadie te conoce. Es necesario darse a conocer y contar a todo el mundo lo que podemos ofrecer. Debemos ser notorios, ocupar un lugar en la mente de quienes puedan necesitarnos (jefes, clientes, amigos, familia, colaboradores..., entre otros).



“Nunca hay una segunda oportunidad para una buena impresión”.



LECTURA RECOMENDADA



Andrés Pérez Ortega.

Para desarrollar una **Marca Personal** no hacen falta muchos recursos ni herramientas. Pero requiere tiempo y argumentos reales que justifiquen que eso que dices de ti y por lo que te gustaría que los demás te identificasen es algo sólido y verdadero.

De modo que una **Marca Personal** está compuesta de decenas de elementos que van desde el interior de la persona hasta la forma de gestionar la percepción que los demás tienen de nosotros. Empieza por las **motivaciones**, los **valores**, los **objetivos**, lo que podemos aportar. Esos elementos son los que van a hacer que **seamos percibidos como profesionales valiosos y fiables**.

Consigue lo mismo que una **Marca Comercial**: que seas la opción preferida entre varias posibilidades.

Lo más importante es el autoanálisis, trabajo y persistencia.

Pero, ¿sabemos cómo somos? El **autoconocimiento** es clave, si queremos construir una **Marca Personal** honesta, sólida y fiable.



PASOS PARA CREAR UNA MARCA PERSONAL

Para que una marca personal sea recordada debe ser concreta, clara y lo más definida posible. Si no es así se olvidará pronto.

A la hora de trazar el plan de creación de **Marca Personal**, los pasos que debemos seguir, según Andrés Ortega son los siguientes:

Define tus objetivos:

Se sustenta en la persona, ¿qué imagen quieres que la gente tenga de ti? Hay que descubrir quién eres, de qué estás hecho, qué te paraliza y qué te empuja. Analizar tus fortalezas, en otras palabras, aquellas habilidades que puedan ser tu ventaja competitiva.

Hay que hacer algo relevante. Tienes que ser diferente, atractivo, especial. Nos van a valorar, desear o elegir por lo que podemos aportar a los demás.

Generar confianza. Tan importante es que te crean como que te quieran. Tienes que demostrar que eres bueno en

lo que haces. Tiene valor si produces un efecto en alguien.

A qué público te diriges:

¿A quién irá orientada tu Personal Branding? ¿Quién te interesa que sepa de ti? ¿Y de tu forma de trabajar? Debes tener claro a quién te diriges porque así te va a permitir especializarte, diferenciarte. Una vez tengas claro qué es lo que quieres para tu futuro laboral, será mucho más fácil buscar esos contactos para aumentar tu red.

Comunícalo, que te conozcan. Utiliza los canales adecuados.

Recuerda que tu *Marca Personal* es tu identidad, y la construcción de ella no se basa solo en los conocimientos, sino en tus habilidades, intereses, aspiraciones y capacidades.

MARCA PERSONAL EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

El modelo de empleo al que vamos encaminados deja de lado los trabajos para toda la vida y **exige que las personas estén dispuestas a trabajar por proyectos, a reciclar y renovar conocimientos de manera constante**, a saber dar a conocer a los demás aquello en lo que aporta valor y a ser reconocidos por ello. Independientemente que seas autónomo o trabajes por cuenta ajena.

Las personas que se postulan para un mismo puesto van a cumplir unos requisitos mínimos de formación y experiencia que requiere el empleo. Siendo el objetivo llegar a la entrevista, ya tienes que aportar algo más que el resto.

Ya Tom Peters, gurú del Marketing, explicaba que *"Independientemente de la edad, de la posición, del área de negocio en el que nos encontremos, todos debemos ser conscientes de la importancia de la creación de una marca. Cada uno de nosotros es el director general de su propia empresa: YO, SA"*

Debes comunicar lo que haces a quienes van a seleccionarte. De nada te sirve ser bueno y tener perfectamente definido tu posicionamiento, sino te conoce quien debe conocerte. Tienes que tener claro lo que ofreces y la forma de comunicarlo. Networking, redes sociales, blogs, jornadas, etc...

Hay que tener en cuenta tu exposición pública, ya que es la imagen que proyectas hacia el exterior y en un momento determinado podría condicionar tu papel en el proceso de selección.

Las redes sociales como *LinkedIn*, te permite exponer tu perfil profesional, pero también en otras redes más informales, como *Facebook*. Por ello, tienes que ser coherente con la imagen que ofreces, cuando entres a formar parte de un proceso de selección o le intentes ofrecer tus servicios a un cliente, es probable que entren a consultar tu perfil en las redes u otra publicación (blogs, páginas web, etc.).



ALGUNOS DE LOS CONSEJOS BÁSICOS:

Cuida tu imagen personal en las redes sociales ya que están jugando un papel protagonista en la difusión de tu marca personal. Los seleccionadores han comenzado a utilizarlas para averiguar valores, ideología, costumbres, entre otras, de los candidatos.

Ten presencia en Internet: existen numerosas plataformas en la red con las que es posible complementar la información de nuestro perfil profesional y lograr una mayor visibilidad. Por ello es importante mantener actualizados los canales en los que tenemos presencia y, sobre todo, no mezclar lo personal con lo profesional.



ACTIVIDAD



> DESPERTANDO CONCIENCIAS.



1. ¿QUÉ ERES?

VICTIMA

Irresponsable
Sin compromiso
Esclavo de las circunstancias
Pasivo/Reactivo
Sigue la inercia
No ve un futuro distinto
Sin identidad

PROTAGONISTA

Responsable
Comprometido
Dueño de sus circunstancias
Activo, proactivo
Contra la inercia
Visión de futuro
Con identidad propia

2. EN QUÉ SOY BUENO. CONTESTA:

2.1 Aquello que nos apasiona está relacionado con nuestras competencias más relevantes.

Responde a las preguntas:

> ¿Qué actividades o hobbies te interesan más?

.....

.....

> ¿Qué habilidades requieren?

.....

.....

2.2. Ponte una medalla. Vuelve la vista atrás y haz memoria.

> ¿Cuáles han sido tus mayores logros personales o profesionales?

.....

.....

> ¿Qué se te daba hacer bien de pequeño?

.....

.....

> ¿Qué asignaturas se te daban mejor?

.....

.....



ACTIVIDAD

3. CÓMO OS DEFINIRÍAS. ESCOGE LOS TRES ATRIBUTOS QUE MEJOR OS IDENTIFICAN PARA COMPLETAR LAS FRASES

“Soy una persona...”.

- | | | |
|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ SOLIDARIA | ☐ PERSPICAZ | ☐ TOLERANTE |
| ☐ APASIONADA | ☐ TENAZ | ☐ CREATIVA |
| ☐ RESPONSABLE | ☐ COMPRENSIVA | ☐ EFICAZ |
| ☐ INNOVADORA | ☐ ALEGRE | ☐ PERSISTENTE |
| ☐ AMBICIOSA | | |

“Soy una persona la que le mueve...”.

- | | | |
|--|--|---|
| ☐ LA SOLIDARIDAD | ☐ EL CONOCIMIENTO | ☐ LA INNOVACIÓN |
| ☐ LA EFICACIA | ☐ LA JUSTICIA | ☐ LA ARMONIA |
| ☐ EL AFECTO | ☐ EL MEDIO AMBIENTE | ☐ LA AVENTURA |
| ☐ EL ARTE | ☐ EL PODER | ☐ LA COMPETICIÓN |
| ☐ EL CAMBIO | ☐ EL COMPROMISO | ☐ LA FE |
| ☐ EL RECONOCIMIENTO | ☐ EL CRECIMIENTO PERSONAL | ☐ EL LOGRO |



ENTREVISTA PERSONAL E INTERNET

La revolución de internet no solo ha influido y cambiado los procesos de reclutamiento de candidatos, sino que también lo ha hecho en el **proceso de selección de personal y la entrevista de trabajo.**

Las empresas cada vez recurren más a la entrevista online a través de videoconferencias o videollamadas como recurso para conocer y valorar a los candidatos situados en cualquier parte del planeta.

Este tipo de entrevistas supone un ahorro económico tanto para la empresa como para el candidato, ya que solo es necesaria una conexión a internet, una webcam y una plataforma que nos permita realizar video llamadas. La más popular es **Skype**.

Aunque no se trate de una entrevista cara a cara, hay que pensar que si lo es y es importante prepararla como si así fuera, informándote sobre la empresa, el puesto de trabajo al que aspiras, preparar la información personal y la trayectoria profesional,...

Para empezar, es fundamental comprobar la **conexión a internet**, así como el correcto funcionamiento tanto de la **webcam** como del **micrófono del ordenador**.

CONEXIÓN A INTERNET



MICRÓFONO



WEBCAM



**También, es conveniente tener en cuenta
UNA SERIE DE RECOMENDACIONES:**

- > Comprobar que se tiene descargada la última versión de Skype para que el rendimiento sea óptimo.
- > Revisar el perfil de Skype, tanto el nombre de usuario como la fotografía. Utilizar un nombre de usuario serio y una fotografía formal (es aconsejable utilizar la mismas que tenemos puesta en nuestro currículum vitae).
- > Conocer el funcionamiento de Skype para no dejar nada a la improvisación.
- > Utilizar un vestuario adecuado, aunque la entrevista se realice desde casa, no debes dar una imagen de descuidado, porque la primera impresión que se causa es fundamental.
- > Cuidar los colores de la ropa, se recomienda utilizar prendas que destaquen en relación con el fondo que se vaya a elegir.
- > Se deben cerrar las puertas y ventanas, para que haya silencio y nadie interrumpa, así como apagar o silenciar el teléfono móvil.
- > El entrevistador se fijara en todos los detalles, por lo que es aconsejable cuidar los detalles del alrededor (el fondo), la habitación debe de estar ordenada y limpia. Ya que la imagen que se trasmite es la personal y la de la parte de la habitación que se ve.
- > Hay que utilizar una iluminación adecuada. Si la luz viene de arriba (o desde abajo) las sombras que se generan pueden distorsionar la cara del candidato. Lo ideal es tener la luz detrás de la cámara. En función de a qué hora se realice la entrevista puede tener más o menos luz natural.
- > La postura debe de ser correcta, con la espalda recta y la posición corporal relajada pero sin mostrar desinterés o nerviosismo.
- > Esfuérzate por tener la mejor actitud. Hay que sonreír y mantener la energía en la voz.
- > Conectarte a Skype antes de la hora acordada, para no llegar tarde a la entrevista y no dar una primera impresión negativa.
- > Debes mirar a la webcam y no a la pantalla del ordenador, para que el entrevistador perciba que nos dirigimos a él.
- > El tono de voz debe de ser claro, para que se escuche sin problemas.
- > Graba la entrevista para posteriormente poder analizarla. Así ver los errores y aciertos cometidos, de cara a mejorarlos para futuras entrevistas. Una de las opciones para la grabación de audio y video es Free Video CallRecorder for Skype, que es un programa fácil de usar y sin limitaciones de tiempo para grabación.

Es importante intentar tratar la entrevista virtual como si fuera una entrevista presencial y que la comodidad del hogar no se transforme en relajación en exceso.

ACTIVIDAD



Haz un ROL PLAYING DE UNA ENTREVISTA PROFESIONAL a través de Skype con un compañero del aula.



RESULTADOS ACTIVIDAD TEST ¿BUSCAS EMPLEO? Páginas 10/11

¿Quieres conocer si eres un buen buscador de empleo? Comprueba el resultado del test.

Suma todos los puntos que has obtenido en cada una de tus respuestas siguiendo esta tabla de puntuaciones y comprueba si eres un buen buscador de empleo.

PUNTUACIONES:

Pregunta 1.

a) 30; b) 15; c) 10; d) 0

Pregunta 2.

a) 20; b) 10; c) 5; d) 0; e) 0

Pregunta 3.

a) 20; b) 10; c) 5; d) 0

Pregunta 4.

a) 30; b) 20; c) 10; d) 0

Pregunta 5.

a) 20; b) 10; c) 5; d) 0

Pregunta 6.

a) 15; b) 5; c) 0

Pregunta 7.

a) 10; b) 5; c) 0

Pregunta 8.

a) 50; b) 50; c) 50; d) 50; e) 0

Pregunta 9.

a) 30; b) 20; c) 0

Pregunta 10.

a) 20; b) 15; c) 0

Pregunta 11.

a) 10; b) 10; c) 5; d) 5; e) 5; f) 5;

g) 5; h) 5; i) 20; j) 5

Pregunta 12.

a) 30; b) 15; c) 5; d) 0

Pregunta 13.

a) 5; b) 50; c) 150; d) 0

Pregunta 14.

a) 150; b) 75; c) 75; d) 30; e) 0

Si tienes menos de 50 puntos

NO ESTÁS DESEMPLEADO. Prácticamente no buscas empleo. Aunque no tengas un empleo no puedes considerarte desempleado porque una persona desempleado es aquella que no tiene empleo pero que también lo busca suficientemente.

Si tienes entre 50 y 100 puntos

BUSCAS POCO. Realizas algunas actividades de búsqueda cada semana o cada mes y quizás participas en cursos de formación, pero esto no es mucho teniendo en cuenta que se supone que estás muy interesado en conseguir un empleo.

Si tienes entre 101 y 160 puntos

BUSCAS EMPLEO PERO PUEDES MEJORAR MUCHO. Buscas empleo pero muchas de las actividades que realizas las puedes hacer mejor, con más calidad y esfuerzo, y/o las puedes hacer de manera más frecuente. Si buscas empleo con cierta normalidad tu puntuación debe estar más cercana a los 160 puntos que a los 90 puntos.

O TAL VEZ ESTUDIAS OPOSICIONES O ESTAS MONTANDO TU EMPRESA. Si estás estudiando oposiciones o montando tu propia empresa debes tener 150 puntos o más. Si tienes menos de 150 puntos esto quiere decir que no te dedicas de manera suficiente a estudiar o montar tu empresa.

Si tienes entre 161 y 230 puntos

ERES UN BUEN BUSCADOR DE EMPLEO. Si no encuentras empleo quizás tienes que plantearte mejorar la forma en que aplicas las técnicas de búsqueda, ampliar el número de empresas con las que contactas, utilizar nuevas técnicas como la presentación en persona en las empresas, la colaboración o el voluntariado, etc.

Si tienes entre 231 y 280 puntos

BUSCAS EMPLEO MUY BIEN. Es muy probable que encuentres el empleo que buscas si realmente estás buscando un empleo concreto y no "cualquier cosa". Aplicas muy bien las técnicas de búsqueda pero quizás puedas mejorar aún más utilizando o potenciando aquellas más adecuadas para buscar empleo en tu profesión.

Si tienes más de 281 puntos

ERES DE LOS MEJORES BUSCADORES DE EMPLEO. Si no encuentras empleo en un determinado periodo de tiempo no será porque no busques empleo ni porque apliques mal las técnicas de búsqueda sino por otros motivos que debes analizar.

7 ANEXOS

ANEXO 1. PORTALES DE EMPLEO

www.infoempleo.com
www.quieroempleo.com/Default.aspx
www.laboris.net
www.primerempleo.com
www.trabajos.com
www.monster.es
www.miltrabajos.com
www.tecnoempleo.com
www.oficinaempleo.com
www.trabajar.com
www.expansionyempleo.com
www.canaltrabajo.com
www.jobrapido.es
www.pagepersonnel.es
www.jobssy.com
www.es.trabajar.com
www.trabajando.es
www.careerbuilder.es
www.jobandtalent.com/es
www.jobsface.es

JÓVENES Y ESTUDIANTES

www.studentjob.es
www.primerempleo.com
www.emplea.universia.es
www.empleo-jovenes.com
www.coie.ucm.es/coie.htm

MAYORES DE 45 AÑOS

www.empleosenior.org/12.html
www.encuentraempleomayoresde50.org/ofertas
www.experteer.es
www.michaelpage.es/index.HTML
www.plus40net.trabajando.es

PERFILES INTERNACIONALES

www.jobserve.com/es/en/Job-Search

TRABAJADORES DE LA AGRICULTURA Y LA GANADERÍA

www.infocarne.com/empleo
www.agrodigital.com/empleo.asp

TRABAJADORES DEL SERVICIO DOMÉSTICO

www.tusofertasdeempleo.com
www.domestiko.com



PROFESIONALES DE LA CONSTRUCCIÓN

www.construyendoempleo.com

PROFESIONALES DEL TRANSPORTE Y LOGÍSTICA

www.logisticaytransporte.es/empleo_logistico.php

www.jobtransport.es

PROFESIONALES DE LA HOSTELERÍA

www.hosteleo.com

www.afuegolento.com/empleo

www.workhotel.trabajos.com

www.animajobs.es

PROFESIONALES DEL TURISMO Y OCIO

www.turijobs.com

www.turiempleo.com

www.hosteltur.com/ofertas-empleo

PROFESIONALES DE LA SANIDAD

www.portalesmedicos.com/empleo_formacion_medicina_salud/adverts.php

www.aecirujanos.es/ofertas_de_empleo.php

www.empleo-cfisiomad.org

www.enfermeria21.com

ARQUITECTOS

www.es.arquitecto.com/empleo

PROFESORES

www.educajob.com/ofertas/busqueda_avanzada.asp

www.colejobs.es

www.educaspain.com/empleo

www.miprofeparticular.es

www.wekab.com

INGENIEROS

www.globalengineers.es

www.trabajoingenieria.com

www.buscoingenieros.es/empleo

INFORMÁTICOS Y NUEVAS TECNOLOGÍAS

www.tecnoempleo.com/busqueda-empleo.php

www.tecnotrabajos.com

www.lawebdelprogramador.com

www.ticjob.es

www.tecnjobs.com

www.ecomandjobs.com

PROFESIONALES DEL MEDIOAMBIENTE

www.ambientum.com/empleo

www.aguasresiduales.info/empleo/ofertas-de-trabajo

www.ingenierosdemontes.org/empleo

www.enviroo.com

PROFESIONALES DEL SECTOR**AUDIOVISUAL Y ARTISTAS**

www.quientv.com

www.domestika.org/es/jobs

www.fashionunited.es/Bolsa_de_Empleo_de_la_moda

www.filmutea.com/trabajos

PROFESIONALES DE LA MODA

www.afashionmix.com/trabajo

www.luxetalent.es

ONG

www.hacesfalta.org

ATENCIÓN AL CLIENTE

www.recruiterjobs.com

ANEXO 2. PÁGINAS DE EMPLEO

<https://www.anuncioneon.es>

<https://www.milanuncios.com/ofertas-de-empleo>

<http://www.portalparados.es>

<http://www.trabajosparadisapacitados.com>

<http://www.buscarempleo.com>

<https://empleo.yakaz.es>

<http://www.alempleo.com>

<http://www.anunciototal.com/tablon/trabajo>

<http://www.buscountrabajo.com>

ANEXO 3. PÁGINAS DE EMPRESA

CARREFOUR

<http://www.carrefour.es/trabaja-en-carrefour/envia-tu-curriculum/mas-info>

MERCADONA

<http://mercadona.asp.infojobs.net>

ALSA

<https://www.alsa.es/formaempleo/empleo>

EULEN

<http://www.eulen.com/es/encuentra-tu-empleo>

GRUPO SABADELL

https://www.grupbancsabadell.com/es/PERSONAS/UNETE_A_NOSOTROS

BBVA

<https://careers.bbva.com/es>

REPSOL

https://www.repsol.com/es_es/corporacion/empleo

MCDONALD

<https://www.mcdonalds.es/empleo>

PROSEGUR

<https://www.prosegur.es/esp/unete-nuestro-equipo>

ADIF

http://www.adif.es/es_ES/index.shtml

ARCELOR MITTAL

<http://spain.arcelormittal.com/people-career/empleo.aspx>

EL CORTE INGLÉS

<http://www.elcorteingles.es/informacioncorporativa/elcorteinglescorporativo/portal.do?IDM=7&NM=2>

INDITEX

<https://www.inditexcareers.com/portalweb/es/web/joinfashion/inicio>

FERROVIAL

<http://www.ferrovial.com/es/nuestras-personas/unete-a-nosotros>

ORANGE

<http://acercadeorange.orange.es/trabaja-nosotros>



ANEXO 4. EMPRESAS DE TRABAJO TEMPORAL

www.adecco.es
www.manpower.es
www.nortempo.com
www.randstad.es
www.ananda.es/portada
www.eurofirms.es

www.faster.es
www.eulen.com (Flexiplan)
www.grupo-norte.es
www.gysa.es
www.gwork.es

www.empleohostelservice.com
www.gruponortempo.com
www.professionalworkett.com
www.grupounoctc.com
www.synergie.es
www.temporingett.com

ANEXO 5. BLOGS DE EMPLEO

<http://yoriento.com/>
<http://www.lanuevarutadeempleo.com/>
<http://www.elblogderrhh.com/>
<http://www.ximosalas.com/>
<http://comunicacionypersonas.blogspot.com.es/>
<http://www.orientacionparaempleo.com/>
<http://politologoenred.blogspot.com.es/>
<http://www.bloguismo.com/>

<http://buscarempleo.republica.com/>
<http://www.rrhhpress.com/>
<https://victorcandel.com/>
<http://www.brandingpersonal.com/blog>
<http://blogdeorientacion.blogspot.com.es/>
<http://www.pereorienta.com/>





FUENTES CONSULTADAS

Blog de Alex Serrano
www.alexherrano.es

Blog de Alfonso Alcántara
www.yoriento.com

Blog de Andrés Pérez Ortega
www.marcapropia.net

Blog de Claudio Russo Inacio
www.claudioinacio.com

Blog de Eva Collado
www.evacolladoduran.com

Blog de María Luis Moreno Cobián
www.zumodeempleo.com

Blog de Pedro Goni
www.pereorienta.com

Blog de Silvia Palomino
www.blogdeorientacion.blogspot.com.es

Blog
www.guiadeempleo.blogspot.com.es

Blog
www.nomeparo.blogspot.com.es

Página Web
www.canaltrabajo.com

Página Web
www.empleate.gob.es

Página Web
www.estoyparado.com

Página Web
europass.cedefop.europa.eu/es/home

Página Web
www.lanuevarutadeempleo.com

Página Web
www.portalparados.es

Página Web
www.asturias.es/trabajastur

Página Web
www.sepe.es

Varios Autores. 'Personal Branding'.
Editado por Madrid Excelente y patrocinado por Fundación La Caixa; 2011.



SIL GIJÓN

C/ Doctor Avelino González, 5 bajo. 33211 Gijón
T 985 39 68 55 - F 985 990 756
federacion@cocemfeasturias.es

SIL OVIEDO

C/ Amsterdam, 9. 33011 Oviedo
T 984 28 49 20 / 984 28 50 01

SIL AVILÉS

Sabino Álvarez Gendín, 26. 33402 Avilés
T 984 493 982