

CÓMO HACER UN CURRÍCULUM Y MEJORAR PROFESIONALMENTE

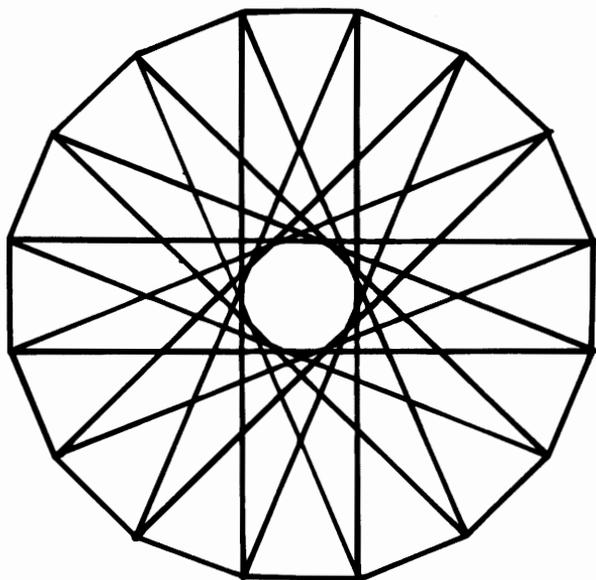
SILVIA GARCÍA
JOSÉ RAMÓN GONZÁLEZ


LIBSA

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	7
SELECCIÓN DEL OBJETO PROFESIONAL: BÚSQUEDA	
DE EMPLEO ACTIVA Y PLANIFICADA	11
EL OBJETIVO	18
PERFIL DEL TRABAJADOR	21
FORMACIÓN Y EXPERIENCIA	25
BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN Y OFERTAS DE EMPLEO	29
AUTOEMPLEO	32
OFERTAS DE LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA	34
OFERTAS DE ORGANISMOS PRIVADOS	82
BECAS	83
LAS EMPRESAS DE TRABAJO TEMPORAL (E.T.T.)	99
CARTA DE PRESENTACIÓN	103
TIPOLOGÍA	104
ESTRUCTURA	105
MODELOS	109
EL CURRÍCULUM VÍTAE: OFERTA TUS SERVICIOS	125
TIPOLOGÍA	126
ESTRUCTURA	127
RECORDATORIO: REGLAS BÁSICAS PARA SU ELABORACIÓN	128
MODELOS	129
PRUEBAS: TIPOLOGÍAS	145
DINÁMICAS DE GRUPO	173
LA ENTREVISTA PERSONAL	181
TIPOLOGÍA	183
FASES DE LA ENTREVISTA	191
EJEMPLOS DE PREGUNTAS	197

8. COMUNICACIÓN NO VERBAL	213
PARA MEJORAR LAS HABILIDADES SOCIALES	223
9. DESENLACE	233
ANEXOS:	
ANEXO I: LISTADO DE EMPRESAS DE TRABAJO TEMPORAL	237
WEB'S DE INTERÉS	264
ANEXO II: DINÁMICAS. SUPUESTOS PRÁCTICOS	274
ANEXO III: TESTS PSICOTÉCNICOS	284



INTRODUCCIÓN

Esta guía que presentamos al lector no sólo está concebida como un mero instrumento de apoyo orientado hacia el conocimiento de las diferentes técnicas utilizadas en las unidades de recursos humanos de las empresas en el proceso de la siempre difícil tarea de la selección de personal, sino que, además, va a incidir en la necesidad previa que todo aspirante a un empleo tiene de planificar su andadura en el mundo laboral para dirigir mejor sus pasos y obtener un rendimiento más acorde a su formación profesional y a sus habilidades personales. Para ello resulta imprescindible tener una idea, siquiera esquemática, de las posibilidades que ofrece el siempre dinámico y cambiante mercado laboral, y de esta

forma encauzar la búsqueda del empleo hacia aquellas que mejor se adaptan a sus concretas necesidades o aspiraciones del momento.

La creciente competitividad que marca el nuevo orden mundial en el que nos desenvolvemos y para la que, evidentemente, no hemos sido preparados en las primeras etapas formativas traslada fuertes presiones al demandante de trabajo que, sin embargo, no deben llevarle a una actitud de temor o abatimiento, pues precisamente podemos compensar esta carencia con el aporte suplementario que siempre proporcionará una correcta planificación de objetivos y el conocimiento del medio en el que nos vamos a mover. También es importante tener claras unas nociones elementales de lo que queremos o somos capaces de hacer. No cabe duda que, muchas veces, para superar los propios límites es necesario acercarse a ellos, y que del más escandaloso de los fracasos podemos obtener la más enriquecedora de las experiencias.

La garantía más importante de todo trabajador es su experiencia y formación, y el cuidado de estos dos principales valores es una tarea más que debe asumir. En un proceso de selección, todo ello se verá reflejado en el Currículum Vitae y, en caso de ser preseleccionado, en la entrevista personal. Y es que las empresas, como cualquier tipo de organización, son sistemas dinámicos donde los trabajadores forman parte de un proceso en permanente movimiento, de cambios continuos en cuanto a sus puestos y funciones respectivas: las organizaciones se expanden, se reestructuran, reducen actividades, se reorganizan... y debemos convencerles de que nos necesitan en sus equipos. A su vez, las personas también experimentamos otro proceso de cambio, de evolución profesional, y parte de ese proceso puede llevarnos a dejar nuestro puesto en una empresa para buscar en otra un grado de desarrollo satisfactorio y más acorde con nuestro potencial. Como resultado de todo lo anterior surge una necesidad: la de suplir y adecuar personas y puestos en un continuo proceso de integración, motivación y desarrollo, sin olvidar que en las organizaciones se trabaja con y entre personas.

Estos factores, incluidos en un mercado de trabajo que valora en tan gran medida el concepto de competencia, trasladan fuertes presiones al de-

mandante de trabajo. En consecuencia, las personas tenemos que enfrentarnos con una tarea compleja que supone esfuerzo, dedicación y métodos adecuados, y cuyo objetivo será la venta de uno mismo de la mejor manera posible. De ahí la ventaja que supone estar familiarizados con las herramientas utilizadas habitualmente por los Departamentos de Recursos Humanos de las empresas, que nos van a facilitar el análisis y evaluación de un Plan Personal dirigido a obtener el éxito profesional, sean cuales fueren las características del candidato: estudiantes que quieren compaginar trabajo y estudios, recién licenciados que buscan su primer empleo, trabajadores que han sufrido una regulación de empleo en sus empresas, empleados que se encuentran incómodos por diversos motivos en sus actuales trabajos, profesionales de cualquier sector que aspiran a ocupar un puesto diferente, personas que están resistiendo a un periodo prolongado de paro...

Los avales más importantes de todo trabajador son su experiencia –o su falta de experiencia, para cierto tipo de contratos– y su formación. En un proceso de selección estos dos principales valores habrán de cuidarse exquisitamente a la hora de reflejarlos en el Currículum Vitae y, en caso de ser preseleccionado, sacarles todo el partido posible en la entrevista personal.

Este pequeño manual que tiene en sus manos está organizado en dos partes claramente diferenciadas:

- En la primera, nos dedicaremos a buscar información y organizar nuestro Plan Personal, es decir, centrarnos en qué queremos y cómo lo queremos, reflexionando y estableciendo un programa de trabajo.
- La segunda parte nos muestra todas las fases del proceso de selección, por las que deberemos pasar para obtener el puesto deseado.

Pero antes de entrar definitivamente en materia, quizá fuera conveniente lanzar algunas advertencias. El sabio refranero popular nos advierte que «El mejor maestro, es el tiempo; la mejor ciencia, la experiencia», y esta sentencia es algo que hemos tenido muy presente al elaborar este manual. Por lo tanto, no nos engañemos: lo mejor que podemos aportar al deman-

dante de empleo en esta humilde obra es el conocimiento de la realidad con la que se va a enfrentar (evidentemente desde nuestra propia experiencia). Sin embargo, y como ya hemos apuntado, otra parte no menos valiosa la completarán sus experiencias vividas en primera persona.

Este apunte valga en cuanto a la segunda parte del dicho, porque sobre la primera parte también hay algo que manifestar: estas páginas pueden ahorrar en buena medida tiempo al lector, porque, si hay algo que consume la búsqueda de trabajo (aparte de la paciencia) es tiempo. Ciertamente, es poco común que una oferta de trabajo se presente precisamente en el momento en que nosotros la esperamos, o cuando más la necesitemos; y, por otra parte –ojalá no fuera así– casi nunca el trabajo ideal suele ser el primero que se nos presenta.

El tiempo es una variable fundamental, está sobre nosotros en todo momento y hay que aprender a soportar su peso. Evidentemente, no siempre podremos esperar cuatro o cinco meses hasta que aparezca el anuncio de empleo que lleva nuestro nombre, mientras tenemos que pagar el alquiler del piso o la hipoteca; tampoco podemos tener nuestra cuenta en números rojos. Y es que, incluso, es un hecho que la inactividad (por mucho que habitualmente sea nombrado como el deseo más común de los trabajadores) no produce sino problemas de ansiedad, depresión y otras patologías; necesitamos sabernos útiles y, mal que nos pese, el trabajo sí nos realiza.

Así pues, utilicemos el tiempo a nuestro favor. Uniéndolo con la experiencia veremos que, al menos, una vez que hemos pasado alguna temporada buscando trabajo quizá sepamos bastantes trucos del oficio y no perderemos una oportunidad por cometer errores en el proceso de selección, o la experiencia acumulada nos permitirá optar a mejores puestos –incluso conseguirlos teniendo ya un contrato.

Por lo tanto, paciencia, método, constancia, pensamiento positivo... y haced ver a quienes os están evaluando que no pueden dejaros escapar.
¡Suerte!