

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis



Hola.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis



Vamos a hablar del proceso de autoanálisis, el primer paso al que debes enfrentarte cuando te planteas buscar un empleo.

1 Autoanálisis



Dos cuestiones básicas.

1 Autoanálisis



Por un lado, debes saber por qué es importante conocerte a ti mismo. Por otro, te ayudaremos a realizar tu propio autoanálisis.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis

¿Por qué conviene que te conozcas?

A woman with long brown hair, wearing a dark top and large earrings, is looking upwards and to the right with a thoughtful expression. The background is a solid light brown color.

◀ menú ▶

Identificar tus cualidades como persona, tu formación, tu saber hacer, te ayudará a:

1 Autoanálisis



1. Saber lo que eres capaz de hacer y lo que puedes aportar.

1 Autoanálisis



¿Por qué conviene que te conozcas?

Qué eres capaz de hacer y qué puedes aportar

Cuáles son tus limitaciones y cómo superarlas

menú

The graphic features a large portrait of a woman on the left. In the center, a smaller image shows a woman juggling three clubs. To the right, a woman is sitting on a bench with her arms crossed. Navigation arrows and a 'menú' button are at the bottom right.

2. Conocer en todo momento tus limitaciones y la forma de superarlas.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis

¿Por qué conviene que te conozcas?

Elaborar la información adecuada

Elaboración de tu proyecto profesional

Qué eres capaz de hacer y qué puedes aportar

Cuáles son tus limitaciones y cómo superarlas

menú

The infographic features a large portrait of a woman on the left. To her right, four smaller images of the same woman illustrate different steps: holding a document, juggling three clubs, taking a photo with a camera, and sitting on a bench with arms crossed. A navigation bar at the bottom right includes a left arrow, the word 'menú', and a right arrow.

3. Elaborar tu proyecto profesional:

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis

¿Por qué conviene que te conozcas?

Elaborar la información adecuada

Elaboración de tu proyecto profesional

Qué eres capaz de hacer y qué puedes aportar

Cuáles son tus limitaciones y cómo superarlas

menú

The infographic features a large portrait of a woman on the left. The central area contains four smaller images of the same woman: one holding a document, one juggling three clubs, one sitting on a bench with arms crossed, and one taking a photo with a camera. Navigation arrows and a 'menú' button are at the bottom right.

que identifiques tus preferencias sobre el tipo de trabajo que vas a buscar,

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis

¿Por qué conviene que te conozcas?

Elaborar la información adecuada

Elaboración de tu proyecto profesional

Qué eres capaz de hacer y qué puedes aportar

Cuáles son tus limitaciones y cómo superarlas

menú

The graphic features a large portrait of a woman on the left. To her right, four smaller images of the same woman illustrate different activities: holding a document, juggling three clubs, taking a photo with a camera, and sitting on a bench with arms crossed. Each activity is accompanied by a text label. At the bottom right, there are navigation arrows and a 'menú' button.

qué perfiles son los más acordes con esos empleos

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis

¿Por qué conviene que te conozcas?

Elaborar la información adecuada

Elaboración de tu proyecto profesional

Qué eres capaz de hacer y qué puedes aportar

Cuáles son tus limitaciones y cómo superarlas

menú

The infographic features a large portrait of a woman on the left. To her right, four smaller images of the same woman illustrate different self-analysis activities: holding a document, juggling, sitting at a barrier, and taking a photo. Navigation arrows and a 'menú' button are at the bottom right.

y establecer un orden de prioridades según los medios necesarios, la estrategia y los plazos para cada meta.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis

¿Por qué conviene que te conozcas?

Elaborar la información adecuada

Elaboración de tu proyecto profesional

Qué eres capaz de hacer y qué puedes aportar

Cuáles son tus limitaciones y cómo superarlas

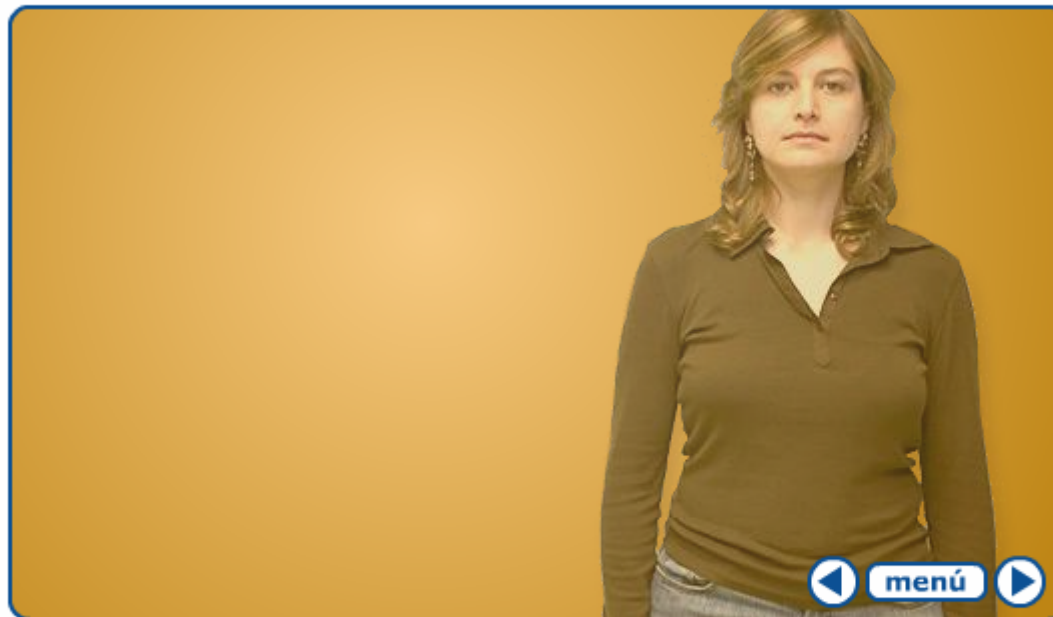
menú

The infographic features a large portrait of a woman on the left. The central area contains four smaller images of the same woman: one holding a document, one with arms raised, one sitting at a table with arms crossed, and one taking a photo. Navigation arrows and a 'menú' button are at the bottom right.

4. Facilitar la información adecuada y argumentada en una entrevista de trabajo.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis



Realiza un análisis sincero y tomando buena nota de los siguientes aspectos relacionados con tu perfil profesional.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis



Realiza un análisis sincero y tomando buena nota de los siguientes aspectos relacionados con tu perfil profesional.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis



CONOCIMIENTOS. Describe tu historial formativo:

1 Autoanálisis



titulación reglada, cursos de formación ocupacional,
conocimientos adquiridos en el desempeño de un trabajo,
con el autoaprendizaje o desarrollando aficiones,...

1 Autoanálisis



Ten en cuenta que hay muchos conocimientos que pueden considerarse válidos para las empresas y que no siempre se adquieren en centros de enseñanza.

1 Autoanálisis



A tus futuros empleadores les va a interesar ¿QUÉ SABES? y no tanto ¿cómo lo has adquirido?

1 Autoanálisis



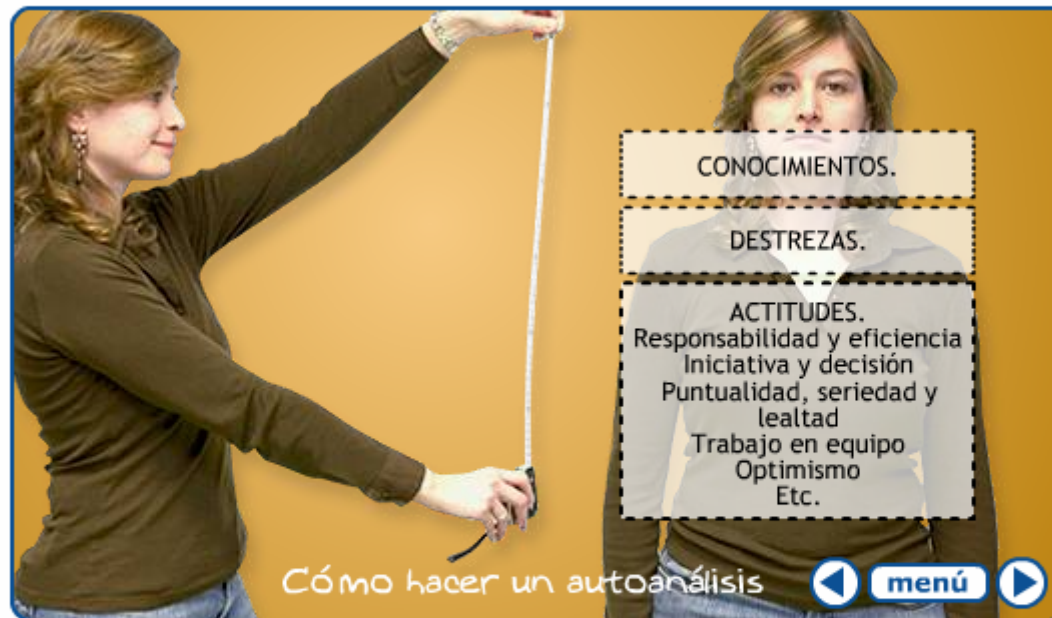
DESTREZAS. ¿Qué sabes hacer? Incluye todo tipo de destrezas:

1 Autoanálisis



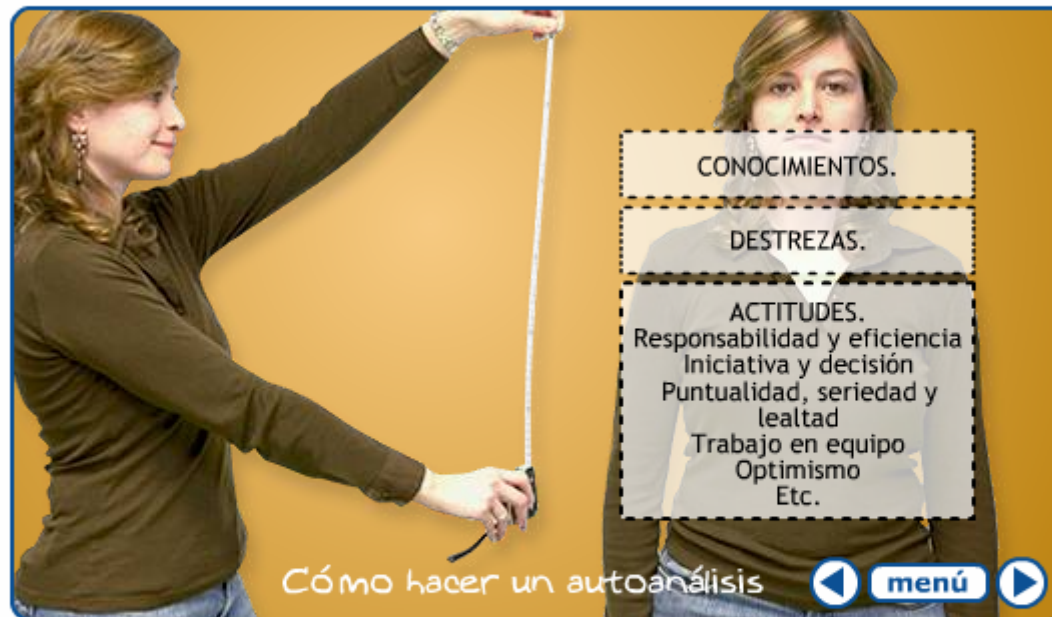
las adquiridas en tu formación, con tu experiencia en otros empleos o cualquier cosa que pueda ser útil para el desempeño de un puesto de trabajo.

1 Autoanálisis



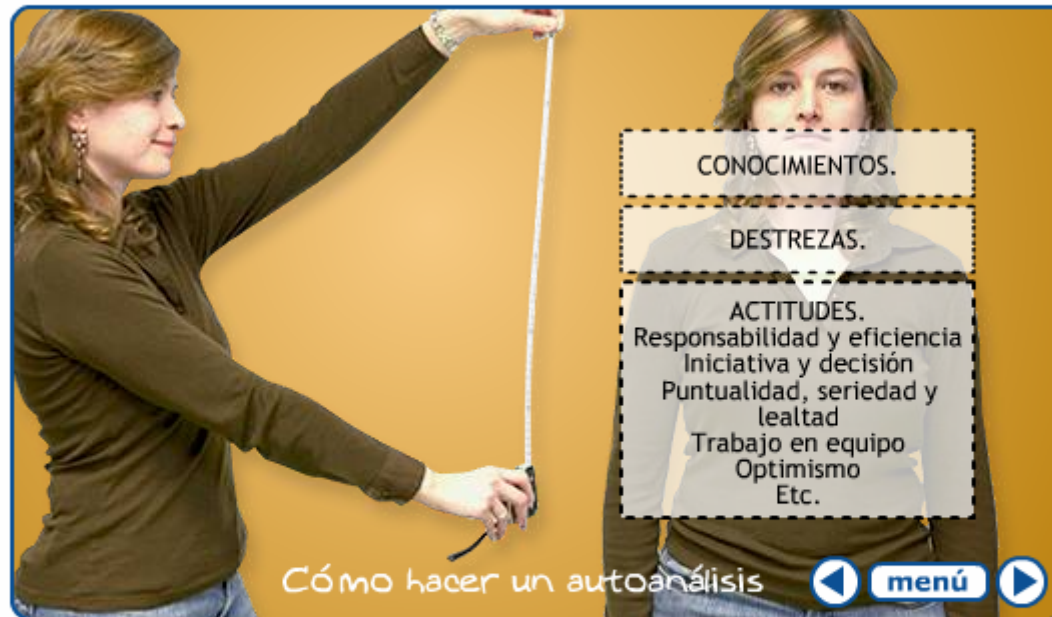
ACTITUDES. El comportamiento en el entorno de trabajo y las habilidades sociolaborales son, tal vez, los aspectos más observados actualmente por cualquier seleccionador.

1 Autoanálisis



Reflexiona sobre cualidades como:

1 Autoanálisis



responsabilidad y eficiencia, iniciativa y decisión, puntualidad, seriedad y lealtad, facilidad para trabajar en equipo, optimismo y resistencia ante las frustraciones, polivalencia, afán de superación, capacidad de aprender cosas nuevas y adaptarse a diferentes entornos de trabajo...

1 Autoanálisis



POR ÚLTIMO, analiza qué conocimientos, destrezas y actitudes se requieren para los empleos que buscas.

Orientación para el Empleo

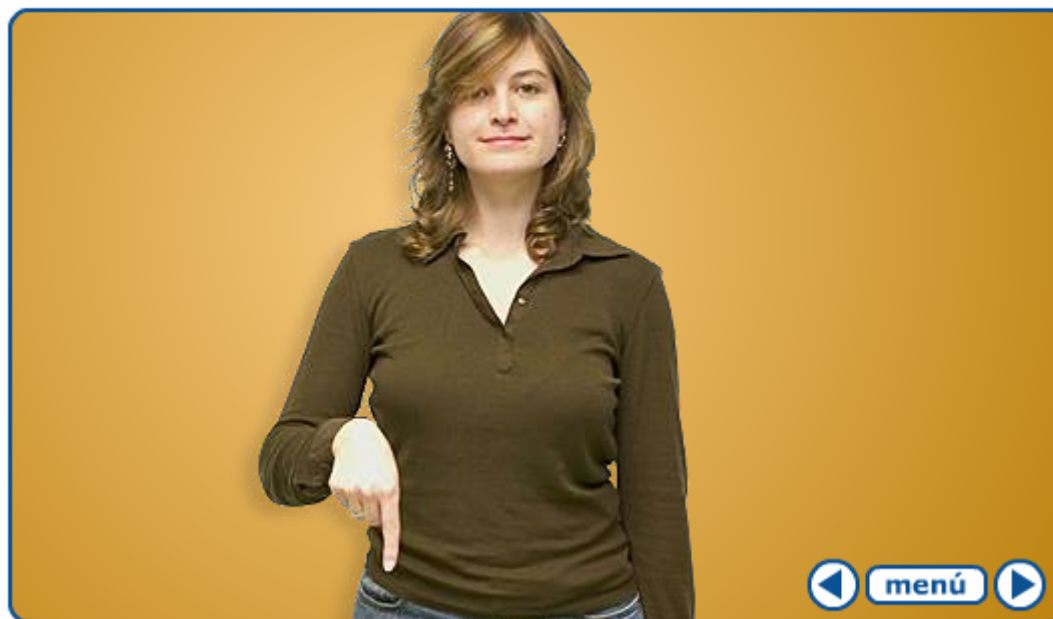
1 Autoanálisis



Una vez hecho el análisis, examina en qué medida se ajusta tu perfil al exigido para alcanzar tu empleo objetivo. Quizá debas mejorar tus conocimientos, destrezas y/o actitudes.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis



Espero haberte orientado.

Orientación para el Empleo

1 Autoanálisis



¡Adiós!