



Buscar Empleo ya es un trabajo en sí, así que requiere de dedicación, tiempo y esfuerzo.

Te encuentras ante un reto y una oportunidad: un mejor sueldo, actividades más interesantes, nuevas amistades y hacer algo que realmente te guste.



AGENCIA DE COLOCACIÓN DE EMPLEO
MÓDULO DE ATENCIÓN CENTRO



Recomendaciones para la búsqueda exitosa de empleo.

Número de Registro ante STPS
STPS-ACT-MPU21-00009
Todos los servicios son gratuitos.



AGENCIA DE COLOCACIÓN DE EMPLEO
MÓDULO DE ATENCIÓN CENTRO

Agencia de Colocación de Empleo Módulo de Atención Centro

Av. Reforma 109, Planta Baja, Centro Histórico.
Puebla, Pue. Tel. 309 4600 exts. 6970 / 6913



Vivir Mejor

1 AUTOCONOCIMIENTO



Se trata de identificar tus capacidades y habilidades. ¿Qué imagen tienes de ti mismo? Cuanto mejor te conozcas mejor podrás ofertarte para conseguir el trabajo que buscas.

¿Qué tanto te conoces?, te has preguntado ¿Qué es lo que realmente te gusta hacer, qué habilidades te gustaría desarrollar?, ¿Qué estás haciendo hoy para lograr lo que quieres? Tómate tiempo para contestar estas preguntas.

Las siguientes frases pueden ser usadas en cualquier momento, te ayudarán a mejorar la imagen que tienes de ti mismo.

- “Creo en mí”
- “Me respeto”
- “Puedo mejorar día a día”
- “Mis talentos son...”
- “Mis conocimientos son...”
- “Mis actitudes son...”
- “Mis valores son...”

2 CONSTRUYE TU IMAGEN LABORAL

Tener una buena imagen de ti te ayudará en la búsqueda, y la mejor forma de reflejarlo es a través de la comunicación asertiva.

La comunicación asertiva es expresarte de manera clara, congruente y equilibrada.

Considera los siguientes consejos y practícalos siempre que puedas, tu comunicación con los demás mejorará.

- Fabrica tus oraciones en positivo.
- Mira a los ojos a la persona con quien te comunicas.
- Regula tu volumen y tono de voz.

- Escucha con atención, intentas comunicar algo, por lo que tú también necesitas conocer y entender lo que la otra persona dice.
- Que tu postura, tu voz y lo que dices sea congruente.
- Procura sonreír y ser optimista.

3 ENFÓCATE EN LOS PUNTOS CLAVE

Dos aspectos fundamentales en la búsqueda de empleo son: tu currículum y entrevista laboral.

a) CURRÍCULUM VITAE

Este documento es la primera impresión ante una empresa donde nos gustaría trabajar, de él depende la oportunidad para conseguir una entrevista de trabajo.

PUNTOS CLAVE PARA UN BUEN CURRÍCULUM VITAE (CV)

- Una sola página.
- Redacta pensando en la vacante que persigues.
- Bien estructurado: tus datos generales deben ser fáciles de consultar y cada sección de tu CV tiene un título que la distingue.
- Recuerda ser claro, conciso y preciso. Sin usar palabras de más.
- Menciona sólo las cosas importantes que han contribuido a tu desarrollo personal.
- Se sincero y escribe las fechas.

ESTRUCTURA BASE

1. Encabezado
2. Datos generales y fotografía
3. Objetivo profesional
4. Experiencia Profesional
5. Formación académica
6. Idiomas y herramientas de computación

PUNTOS QUE TE ELIMINAN COMO CANDIDATO PARA UNA ENTREVISTA

- Errores de ortografía en tu currículum.

- Fechas imprecisas o falta de fechas.
- Información errónea o faltante de tus datos generales.
- Párrafos largos.
- Candidatos que no tienen los requerimientos que la plaza solicita.

b) ENTREVISTA LABORAL

Es el primer encuentro directo que tendrás con la empresa y debes aprovechar este momento para que no sea el último.

Tu objetivo es demostrar que tienes el perfil adecuado para la vacante y que eres la persona idónea sobre los demás candidatos.

PUNTOS QUE DEBES TENER PRESENTE ANTES DE LA ENTREVISTA

- Conocer lugar y hora de la entrevista y el nombre de tu entrevistador.
- Cuidar tu indumentaria e higiene personal.
- Tener copias de tu currículum (2 ó 3).
- Ser puntual, tú eres el interesado en ese empleo por lo que puedes esperar un rato.

PUNTOS QUE DEBES TENER PRESENTE DURANTE LA ENTREVISTA

- Saluda al entrevistador con su nombre y mirándole a los ojos.
- Una imagen de confianza en ti mismo.
- Mantén la atención en todo momento.
- Abstenerte de fumar, aunque te lo ofrezcan.
- Cuida tu lenguaje corporal.

