

## Día 1



### 1.1 Contenidos del método “School to work”

#### 1.- Identificación de tus propias fortalezas y habilidades

- Cómo reconocer las fortalezas y habilidades que tienes.
- Qué tipo de fortalezas *personales* valoran los empleadores.
- Qué habilidades profesionales debes desarrollar para mejorar tu empleabilidad.

#### 2.- Encontrar trabajo

- Cómo llenar una solicitud de empleo para que no seas eliminado inmediatamente.
- Cómo encontrar información de vacantes a través de tu red personal.
- Cómo encontrar información acerca de puestos vacantes.
- Cómo crear una red personal para la búsqueda de empleo.
- Cómo usar el internet como herramienta de búsqueda de empleo.

#### 3.- Pensar como empleador

- Cómo piensa un empleador y cómo puedes usar esta información en la búsqueda de empleo.
- Cómo puedes influenciar cómo progresa una entrevista de trabajo.
- Cómo puedes contestar efectivamente una pregunta abierta o cerrada en la entrevista de trabajo.
- Qué espera el empleador de un empleado al inicio de su trabajo.

#### 4.- Escribir cartas de presentación y CV

- A lo que pone atención un empleador en una carta de presentación y CV.
- A lo que debes poner atención cuando lees anuncios de vacantes.
- Cómo escribir cartas de presentación que muestran tus mejores cualidades.

### 5.- Presentarse a sí mismo efectivamente en una entrevista de trabajo

- Cómo presentar tus habilidades y capacidades en una manera convincente a través de ejemplos prácticos.
- Cómo superar posibles obstáculos en la búsqueda de empleo.
- Cómo contestar preguntas difíciles en una entrevista de trabajo.
- La entrevista de trabajo como un todo –práctica y consejos útiles.
- La mejor manera de terminar una entrevista de trabajo.

### 6.- Empezar un nuevo trabajo

- Cómo acomodarse de buena manera en tu nuevo trabajo.
- Cómo conseguir apoyo en tu nuevo trabajo.
- Cómo superar los desafíos a los que te puedes enfrentar al inicio del empleo.
- Asuntos que debes considerar en tu nueva comunidad laboral.
- Cómo cuidar tu capacidad laboral.

## 1.2 Fortalezas y habilidades personales



*Cuando planeas los siguientes pasos de tu carrera, es importante identificar tus fortalezas y habilidades. Éstas son las bases para el desarrollo de tu carrera y son de interés para los empleadores.*

Piensa en tus talentos, conocimientos y habilidades. Las fortalezas personales son: las características, maneras de comportarse y valores que te describen en la mayoría de las situaciones, así como en la vida laboral. Las habilidades incluyen aspectos sociales, trabajar con tus manos y resolver problemas.



*A continuación, encontrarás una lista de fortalezas y habilidades que pueden beneficiarte en varios trabajos. Revisa la lista y marca con una "X" las características que crees que te describen. En seguida, subraya las habilidades y fortalezas que más te gusta usar.*

## Fortalezas y habilidades personales

### Fortalezas

<input type="checkbox"/> flexible	<input type="checkbox"/> sediento de conocimiento
<input type="checkbox"/> abierto de mente	<input type="checkbox"/> buen trabajador
<input type="checkbox"/> tolerante	<input type="checkbox"/> entusiasta
<input type="checkbox"/> de amplio criterio	<input type="checkbox"/> lógico
<input type="checkbox"/> optimista	<input type="checkbox"/> independiente
<input type="checkbox"/> realista	<input type="checkbox"/> exacto
<input type="checkbox"/> natural	<input type="checkbox"/> determinado
<input type="checkbox"/> confiable	<input type="checkbox"/> tolerante a la incertidumbre
<input type="checkbox"/> honesto	<input type="checkbox"/> relajado
<input type="checkbox"/> responsable	<input type="checkbox"/> confiado de mí mismo
<input type="checkbox"/> capaz de tomar la iniciativa	<input type="checkbox"/> calmado
<input type="checkbox"/> activo	<input type="checkbox"/> precavido
<input type="checkbox"/> dispuesto a aprender	<input type="checkbox"/> ambicioso
<input type="checkbox"/> inventivo	<input type="checkbox"/> persistente
<input type="checkbox"/> creativo	<input type="checkbox"/> considerado
<input type="checkbox"/> original	<input type="checkbox"/> metódico
<input type="checkbox"/> artístico	<input type="checkbox"/> cuidadoso
<input type="checkbox"/> rápido	<input type="checkbox"/> económico
<input type="checkbox"/> energético	

### Habilidades de interacción

Yo soy

- sociable
- amigable
- educado
- dispuesto a servir
- bueno en el trabajo

Yo tengo

- buen sentido del humor
- entendimiento rápido
- habilidades de cooperación
- buen conocimiento de la naturaleza humana
- habilidades para la negociación
- habilidades para la motivación
- habilidades de liderazgo
- habilidades para la presentación oral
- buenas habilidades para escribir
- conocimientos de idiomas como: \_\_\_\_\_

**Habilidades matemáticas**

- numeración
- poder de deducción numérica
- poder de deducción lógica
- percepción espacial (capaz de imaginar cosas desde diferentes ángulos)

**Habilidades de computación**

- habilidades de procesamiento en Word
- habilidades de programación
- habilidades de programas operativos como: \_\_\_\_\_

**Habilidades de manejo de trabajo**

- habilidades de organización
- habilidades de planeación
- habilidades de resolución de problemas
- habilidades para tomar decisiones
- habilidades de liderazgo de proyectos

**Habilidades profesionales**

Yo tengo

- habilidades de reparación de maquinaria y aparatos
- habilidades para la construcción
- habilidades de manejo
- buen manejo de instalaciones y habilidades para la limpieza
- habilidades para la cocina
- habilidades de cuidado y atención
- habilidades para la educación, para aconsejar y para la enseñanza
- conocimientos de estilos y tendencias
- habilidades musicales
- habilidades artísticas
- habilidades manuales
- habilidades de ventas
- habilidades de presentación
- habilidades para atención al cliente
- conocimientos de culturas
- conocimientos de artes culinarias
- habilidades para la madera
- conocimiento de la naturaleza
- conocimientos geográficos

**Otras habilidades**

- habilidades manuales
- destreza
- fortaleza (física)
- condición

Si tienes fortalezas o habilidades que no se mencionan en esta lista, por favor menciónalas aquí:

---



*Escribe acerca de algo especialmente positivo que hayas hecho o alcanzado (en la escuela/en tus estudios o vida laboral):*

---

### 1.3 Habilidades transferibles



*Tus fortalezas y habilidades personales se desarrollan en diferentes situaciones durante tu tiempo libre, en la escuela y en la vida laboral. La mayoría de tus fortalezas y habilidades son transferibles, lo que significa que eres capaz de usarlas en diferentes contextos, durante tu tiempo libre, en el trabajo y en diferentes tipos de labores.*

Muchas de las fortalezas y habilidades que usas en tu tiempo libre son de interés para los empleadores. Por ejemplo, las habilidades para trabajo en equipo y la cooperación son necesarias para el trabajo y se desarrollan a través de tus pasatiempos, en los cuales interactúas con otras personas (ejemplo, deportes de conjunto).



*De tu selección de la lista de “Habilidades y fortalezas”, encierra aquéllas que te beneficiarían en diferentes ocasiones: durante tu tiempo libre, en tus pasatiempos o en diferentes tipos de labores.*

A continuación, escoge una fortaleza o habilidad transferible y escríbela abajo.

Fortaleza o habilidad transferible:

---

Considera algunas labores en las cuales esta fortaleza o habilidad pueda ser usada:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

## 1.4 Pensar como un empleador



En grupo pequeño, escoge uno de los trabajos listados a continuación:

1. Niñera
2. Vendedor de zapatos
3. Conserje
4. Contador de una constructora
5. Mesero
6. Mecánico automotriz
7. Guardia de seguridad
8. Chef

Imagínate siendo el empleador y escribe una descripción del tipo de persona que te gustaría contratar para este puesto vacante. En esta tarea puedes usar ejemplos de la lista de “Fortalezas y habilidades personales” de las páginas 7 y 8 de este cuaderno de trabajo.

**Nosotros contrataríamos a una persona que tenga las siguientes características para el puesto de \_\_\_\_\_ :**

<b>Fortalezas personales</b>	<b>Habilidades</b>	<b>Otras</b>
Por ejemplo: honesto, confiable, responsable y buen trabajador.	Por ejemplo: habilidades sociales, habilidades de computación, habilidades para la toma de decisiones.	Por ejemplo: buena apariencia, que no fume.

## 1.5 Cuatro ejemplos de una solicitud de empleo



*Imagina que eres dueño de una compañía que, por el momento, está buscando a un nuevo empleado. En las siguientes páginas encontrarás ejemplos de solicitudes de empleo completas. Primero, observa las formas; segundo, considera desde el punto de vista del empleador a cuál de los aplicantes te gustaría invitar para una entrevista de trabajo con base en su solicitud.*

**Nosotros escogimos a \_\_\_\_\_ para la entrevista de trabajo.**

Considera el porqué escogieron a este candidato. ¿Cómo sobresalió de los demás?

Criterios de selección:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**CONSTRUYENDO PIRÁMIDES S. A.****Solicitud de empleo 1**

Buscamos trabajadores con habilidades profesionales. Si estás interesado en trabajar para nuestra compañía, por favor completa esta solicitud y envíanosla. Valoramos actitudes para el trabajo y el trabajo en equipo.

**Nombre** MARTÍN GONZÁLEZ  
**Fecha de nacimiento** 3 DE MAYO DE 1992  
**Dirección** MADERO 127  
**Código postal** 20000  
**Ciudad/Pueblo** AGUASCALIENTES  
**Teléfono** 090-2322324  
**E-mail** mf92@tsl.com  
**Licencia de manejo**  Sí  No  
**Educación**  Primaria  Graduado de preparatoria  
 Instituto vocacional  Politécnica  
 Universidad

**Experiencia laboral**

CARPINTERO SEIS MESES

ASISTENTE EN LA CONSTRUCCIÓN POR SEIS MESES

**Descríbase a sí mismo****Intereses****Información adicional****Adjuntar currículum vitae:**

\_\_\_\_\_ Buscar...

**Adjuntar carta de presentación:**

\_\_\_\_\_ Buscar...

[Enviar solicitud](#)

**CONSTRUYENDO PIRÁMIDES S. A.****Solicitud de empleo 2**

Buscamos trabajadores con habilidades profesionales. Si estás interesado en trabajar para nuestra compañía, por favor completa esta solicitud y envíanosla. Valoramos actitudes para el trabajo y el trabajo en equipo.

<b>Nombre</b>	<u>Gerardo Pérez</u>
<b>Fecha de nacimiento</b>	<u>22 de febrero de 1991</u>
<b>Dirección</b>	<u>Av. Convención # 1222</u>
<b>Código postal</b>	<u>65423</u>
<b>Ciudad/Pueblo</b>	<u>Pabellón de Arteaga</u>
<b>Teléfono</b>	<u>070-435522</u>
<b>E-mail</b>	<u>ggavel@gti.fi</u>
<b>Licencia de manejo</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
<b>Educación</b>	<input type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Graduado de preparatoria <input checked="" type="checkbox"/> Instituto vocacional <input type="checkbox"/> Politécnica <input type="checkbox"/> Universidad

**Experiencia laboral**

T & T construction Ltd.

Carpintero: 2 de mayo-1 de agosto de 2011. Arcanum construction Ltd.

Asistente de construcción: 1 de mayo-31 de julio de 2009.

**Describese a sí mismo**

Experiencia en trabajos de techado, construcción de casas de madera e instalación de elementos de madera.

Vivo con mi esposa e hijos.

**Intereses**

Futbol

**Información adicional**

Me pueden contactar al 070-435522, o mandar un mensaje de texto.

**Adjuntar currículum vitae:**

\_\_\_\_\_ Buscar...

**Adjuntar carta de presentación:**

\_\_\_\_\_ Buscar...

[Enviar solicitud](#)

**CONSTRUYENDO PIRÁMIDES S. A.****Solicitud de empleo 3**

Buscamos trabajadores con habilidades profesionales. Si estás interesado en trabajar para nuestra compañía, por favor completa esta solicitud y envíanosla. Valoramos actitudes para el trabajo y el trabajo en equipo.

<b>Nombre</b>	<u>Karen Sierra</u>
<b>Fecha de nacimiento</b>	<u>4 de julio de 1992</u>
<b>Dirección</b>	<u>Doroteo Arango 345</u>
<b>Código postal</b>	<u>34212</u>
<b>Ciudad/Pueblo</b>	<u>Calvillo</u>
<b>Teléfono</b>	<u>080-33432</u>
<b>E-mail</b>	<u>kimunf92@jdc.com</u>
<b>Licencia de manejo</b>	<input type="checkbox"/> Sí <input checked="" type="checkbox"/> No
<b>Educación</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Graduado de preparatoria <input checked="" type="checkbox"/> Instituto vocacional <input type="checkbox"/> Politécnica <input type="checkbox"/> Universidad

**Experiencia laboral**

Greenmill building S. A.

Carpintera: 15 de mayo-30 de septiembre de 2011. HCM Ltd.

Capacitación: 1 de marzo-31 de marzo de 2010.

**Descríbase a sí mismo**

Tengo experiencia en trabajos de techado y renovaciones.

Mi actitud de trabajo es buena y soy buena trabajadora.

**Intereses**

Guitarra, kickboxing.

**Información adicional**

Estoy dispuesta a empezar inmediatamente.

Referencia: Pedro Gutiérrez, carpintero a cargo en Rotamax.

Tel. 080-533894.

**Adjuntar currículum vitae:**

\_\_\_\_\_ [Buscar...](#)

**Adjuntar carta de presentación:**

\_\_\_\_\_ [Buscar...](#)

[Enviar solicitud](#)

**CONSTRUYENDO PIRÁMIDES S. A.****Solicitud de empleo 4**

Buscamos trabajadores con habilidades profesionales. Si estás interesado en trabajar para nuestra compañía, por favor completa esta solicitud y envíanosla. Valoramos actitudes para el trabajo y el trabajo en equipo.

<b>Nombre</b>	<u>Miranda Trejo</u>
<b>Fecha de nacimiento</b>	<u>21 de julio de 1992</u>
<b>Dirección</b>	<u>Reyes Heróles 254</u>
<b>Código postal</b>	<u>23212</u>
<b>Ciudad/Pueblo</b>	<u>Guadalajara</u>
<b>Teléfono</b>	<u>080-876521</u>
<b>E-mail</b>	<u>mi_trejo@kopari.com</u>
<b>Licencia de manejo</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No
<b>Educación</b>	<input checked="" type="checkbox"/> Primaria <input type="checkbox"/> Graduado de preparatoria <input checked="" type="checkbox"/> Instituto vocacional <input type="checkbox"/> Politécnica <input type="checkbox"/> Universidad

**Experiencia laboral**

Steel 1 Construction Ltd.

Carpintero: 1 de julio-30 de noviembre de 2011. Carpintería y construcciones S. A. Capacitación: 12 de abril-12 de mayo de 2010.

**Descríbase a sí mismo**

Mi experiencia como carpintero está especializada en trabajos de techado e instalaciones de paredes de separación. Mi actitud de trabajo arduo garantiza buenos resultados.

**Intereses**

Hockey sobre hielo.

**Información adicional**

Referencia: Martha Costa, supervisora. Carpintería y construcciones S. A. Tel. 0972324522.

**Adjuntar currículum vitae:**

\_\_\_\_\_ Buscar...

**Adjuntar carta de presentación:**

\_\_\_\_\_ Buscar...

[Enviar solicitud](#)

