

En qué punto estás
IDENTIFICA...



SÍ A NO
 MEDIAS

SI TRABAJAR ENTRA DENTRO DE TUS PLANES

	SÍ	A MEDIAS	NO
¿Has analizado los beneficios y los costes de trabajar? ¿Y de no trabajar?			
¿Has valorado los cambios que tendrás que hacer en tu día a día?			
Buscar trabajo es un proceso. ¿Has calculado el tiempo que le vas a dedicar?			

QUÉ SABES...

DE TUS INTERESES Y MOTIVACIONES. ¿Te has planteado cómo quieres que sea tu trabajo?

¿Te has planteado alguna vez qué te gusta hacer, qué se te da bien, qué te motiva?			
De tus aficiones, gustos o actividades que haces (práctica deportiva, actividades de ocio, culturales, etc.), ¿has sacado ideas que te ayuden a escoger intereses profesionales?			
¿Has pensado las principales condiciones que quieres encontrar en un trabajo?			
¿Tienes claros los motivos que te llevan a escoger una ocupación?			

DE TUS COMPETENCIAS. ¿Sabes qué posibilidades tienes de trabajar en las ocupaciones que te interesan?

¿Eres consciente de los conocimientos que has adquirido? ¿Serías capaz de nombrar los más significativos?			
¿Reconoces qué habilidades y destrezas has ido desarrollando?			
¿Puedes describir situaciones de tu experiencia donde las hayas puesto en juego?			
¿Tienes claras cuáles son tus fortalezas, potencialidades y áreas de mejora?			
¿Puedes demostrar con pruebas tus competencias fuertes?			
¿Eres capaz de adaptar tu actuación de manera adecuada a diferentes contextos?			
¿Eres consciente de las estrategias que aplicas para hacerlo?			
¿Conoces tus puntos débiles?			
¿Has pensado en acciones y medidas para mejorarlos?			

DEL MERCADO DE TRABAJO. ¿Conoces el mercado de trabajo lo suficiente como para saber qué oportunidades de trabajo te ofrece?

Si tuvieras que explicar cómo funciona y organiza el mercado de trabajo a alguien que acaba de llegar al país y quiere buscar trabajo, ¿podrías darle la información que se necesita?			
¿Conoces qué sectores de actividad tienen mejores perspectivas de futuro y en qué ocupaciones hay más trabajo?			
Actualmente, ¿sabes en qué se fijan las empresas y qué valoran especialmente de un/a candidato/a para contratarlo?			
Teniendo en cuenta tu edad y el territorio donde vives, ¿sabes qué ocupaciones te ofrecen más oportunidades de encontrar trabajo?			
¿Sabes qué información tiene que contener un contrato laboral? ¿Eres capaz de interpretar el contenido y valorar si es correcto?			
¿Sabes cuáles son los derechos y deberes básicos de un/a trabajador/a?			
¿Conoces conceptos como: vida laboral, nómina, convenio colectivo, reforma laboral, seguridad social, IRPF?			
¿Conoces recursos donde encontrar información sobre el mercado laboral?			

DE LAS OCUPACIONES. ¿Sabes qué información incluye un perfil profesional?

Si tuvieras que explicar en qué consiste el trabajo o trabajos en los que te gustaría trabajar (qué responsabilidades tienen las personas que trabajan de eso, qué funciones realizan, etc.) crees que podrías dar información detallada?			
¿Sabes exactamente qué conocimientos, capacidades y habilidades te pedirán para poder conseguir esos trabajos?			
¿Y tienes claro qué estudios es necesario tener, si es necesario tener experiencia en este trabajo, si hay que haber hecho un curso específico, si hay que dominar algún idioma en concreto, etc.?			
¿Conoces qué condiciones de trabajo ofrecen en estos trabajos (horario, salario, tipo de jornada, etc.)?			

SI TIENES CLARO TU OBJETIVO LABORAL

TU OBJETIVO LABORAL. ¿Tienes decidido de qué quieres y puedes trabajar?

¿Cuando tienes que escoger un trabajo valoras todos esos aspectos?: si te interesa, si tienes las competencias necesarias, si en el mercado hay demanda, si aceptas las condiciones que ofrece y si te ajustas a los requisitos que exige			
¿Antes de decidir el objetivo laboral buscas información de varias ocupaciones y analizar tu posibilidades en relación con cada una?			
¿Conoces qué aspectos tienes a favor (puntos fuertes)? Es decir, ¿qué factores hacen que lo tengas más fácil para poder acceder a esos trabajos?			

¿Y sabes qué aspectos tienes en contra (puntos débiles)? Es decir, ¿qué factores hacen que a día de hoy lo tengas más difícil para poder acceder a los trabajos escogidos?			
¿Tienes claras las competencias a desarrollar para combatir tus puntos débiles?			
¿Sabes cuáles son los pros y contras de prepararte bien para poder trabajar de lo que quieres? ¿Y has valorado si te compensa?			
En caso que hayas decidido un objetivo laboral, ¿contemplas otros trabajos como alternativa?			
¿Has previsto hitos a corto, medio y largo plazo para conseguir tu objetivo?			

SI TIENES UN PLAN PARA LA ACCIÓN

EL PLAN DE MEJORA DE COMPETENCIAS

¿Defines objetivos operativos para cada uno de tus áreas de mejora?			
¿Estableces resultados esperados que te confirmen la consecución de los objetivos?			
¿Piensas las acciones y estrategias más adecuadas para conseguir los objetivos?			
¿Exploras y seleccionas los espacios donde realizar las acciones?			
¿Calendarizas las acciones teniendo en cuenta el tiempo necesario y del que dispones?			
¿Asignas los recursos materiales que necesitas?			
¿Tienes en cuenta las personas que pueden ayudarte en el proceso?			
¿Defines un sistema de seguimiento que te permita evaluar si el plan avanza según lo previsto?			
¿Prevés posibles incidencias e imprevistos que pueden afectar el incumplimiento del plan? ¿Y posibles soluciones?			

EL PLAN DE BÚSQUEDA DE TRABAJO

¿Dominas los elementos clave para la búsqueda de trabajo como: canales y vías, análisis de ofertas laborales, auto candidatura, red de contactos, Currículo y proceso de selección?			
¿Organizas las acciones y tareas de la búsqueda de trabajo? Por ejemplo, conseguir 30 empresas del sector, encontrar 10 ofertas al día, enviar 50 CV a la semana, etc.			
¿Tienes un registro de las acciones que vas realizando?			
¿Haces un seguimiento de los resultados obtenidos?			