

BÚSQUEDA DE EMPLEO: COMO ENFRENTAR LOS NUEVOS DESAFÍOS DEL MERCADO



El mundo se encuentra en constante cambio y hoy en día dichas transformaciones se han evidenciado en cada una de las actividades que desarrollamos, tanto a nivel personal como profesional. Si observamos estos últimos años, nos hemos visto inmersos en una serie de sucesos que nos han obligado cambiar nuestra dinámica diaria, el modo en el que interactuamos con los demás e incluso el cómo desarrollamos nuestras actividades profesionales. Es por ello que el escenario laboral apunta a ser algo completamente distinto al que conocíamos y con ello también cambia la manera en la que buscamos empleo.

En virtud de lo anterior, buscar trabajo es una actividad que correspondiese ser lo más planificada y estructurada posible, en donde se debe procurar desarrollar de manera eficaz cada uno de los desafíos que presenta el mercado laboral. Es por ello que ASGEM se ha preocupado de diseñar esta guía, la cual brinda diversos tips que te permitirán enfrentar de manera óptima un proceso de reclutamiento y selección de personal.

BÚSQUEDA DE EMPLEO

La búsqueda de empleo no es un proceso simple, tiene grandes desafíos, por lo que el enfoque que se debe tener para enfrentar este proceso debe basarse en el buen juicio y en el uso de todos los recursos personales posibles.

Hoy en día, las empresas utilizan múltiples vías por las cuales efectuar en reclutamiento, siendo la preferida el uso de portales de empleo, los cuales pueden provenir de sus propios dominios o bien de servicios externos.



Cabe destacar que según el cargo a que se busque es el tipo de aviso que se publicará, por lo que también podría variar el sitio donde se informe de esta nueva vacante.

Algunas de las plataformas externas más utilizadas son: Laborum.com, trabajando.com, chiletrabajos, LinkedIn, bne.cl, entre otras.

Cuando se trata de ofertas laborales o recepción de curriculum vitae en los portales con dominio propio de la empresa, se hace referencia a sitios como: cmpc.cl, Codelco.com, Falabella.com, bhp.com, carozzicorp.com, a los cuales se podrá recurrir para buscar los puestos disponibles o dejar en su bitácora nuestro cv.



Cmpc.cl – Sección “Trabaja con Nosotros”

Material Generado para ASGEM Ltda. por María Angélica Montecinos, Licenciada en Psicología y Magíster en Gerencia y Gestión Pública. Asesora en procesos de Gestión de RR.HH.



Codelco.com – Trabaja en Codelco



Falabella.com – Trabaja con nosotros



Bhp.com – únete a nosotros

CURRICULUM VITAE

Todos tenemos en claro que el Curriculum Vitae debe ser atractivo, si tengo la oportunidad de entregarlo personalmente puedo tomar alguna ventaja al momento de presentarme o lograr alguna entrevista, sin embargo, cuando el CV es recepcionado por la empresa a la que postulamos ya sea por vía papel o vía virtual y no tenemos oportunidad de interactuar de otra manera con nuestros posibles empleadores, la situación es distinta.



El CV puede quedar en una torre de papeles, en un cajón, en una carpeta o en un archivo virtual y cuando va a ser revisado corremos el riesgo de que no lo tomen en cuenta, de que pasen de largo, que no lo lean a cabalidad o que no lo entiendan. Para evitar esto es necesario promover nuestra documentación con estrategias que lo hagan llamativo, prudente, detallado y prolijo.

Para cumplir con lo anterior es necesario que se redacte un CV preciso, que incluya toda la información necesaria sin caer en redundancias, que tenga un formato definido (el cual puede diseñarse empleando una escala de grises o en 2 colores sobrios), debe resumir quienes somos y qué ofrecemos, su estructura mínima debe contener datos personales – formación académica y experiencia laboral, debe ser un documento formal y debe llamar la atención de quien lo lea.

Existen diversos modelos de Curriculum Vitae, en internet podemos encontrar variados formatos gratuitos los cuales podríamos ajustar a nuestros requerimientos, pero lo importante es descubrir qué diseño nos acomoda y cuál se ajusta al trabajo que buscamos conseguir.

Modelos de Curriculum Vitae

Nombre, Apellido 1, Apellido 2
Calle, número Ciudad Fecha de nacimiento Rut Número de Teléfono Correo electrónico

Formación académica

2003-2004: Nombre de la titulación
Institución que otorga el título, ciudad
1999-2003: Nombre de la titulación
Institución que otorga el título, ciudad

Formación extra académica

2000-2001: Nombre de la titulación
Institución que otorga el título, ciudad
2004-2005: Nombre de la titulación
Institución que otorga el título, ciudad

Experiencia profesional

2007-Actualidad: **Nombre de la empresa en la que se está trabajando**
Cargo: Nombre del cargo que se ha desempeñado
Función: Descripción de las funciones que se han desempeñado en la empresa

2005-2007: **Nombre de la empresa en la que se ha trabajado**
Cargo: Nombre del cargo que se ha desempeñado
Función: Descripción de las funciones que se han desempeñado en la empresa

2004-2005: **Nombre de la empresa en la que se está trabajando**
Cargo: Nombre del cargo que se ha desempeñado
Función: Descripción de las funciones que se han desempeñado en la empresa




Idiomas
Inglés: Nivel bilingüe hablado y escrito Título acreditativo Francés: Nivel medio hablado y escrito Título acreditativo

Informática
Programa. Nivel de conocimiento. Título Programa. Nivel de conocimiento. Título Programa. Nivel de conocimiento. Título

Otros datos
Carnet de conducir Movilidad Disponibilidad

Nombre Apellidos

PUESTO OCUPADO/PUESTO BUSCADO

-  +56 999999999
-  nombre.apellidos@gmail.com
-  Santiago, Chile

PERFIL PROFESIONAL

Duis augue magna, bibendum at nunc id, gravida ultrices tellus. Pellentesqu, lorem a toda ehicula ante id, dictum arcu hicula ante gravida ultrices. Lorem ipsum. Pellentesqu, ehicula ante id, dictum arcu hicu.

FORTALEZAS

Comunicación, Responsabilidad, Manejo de crisis, Creatividad, Dinamismo, Liderazgo.

EXPERIENCIA PROFESIONAL

NOMBRE DE LA EMPRESA | Puesto o cargo | Sep. 20XX – Oct. 20XX

Tareas realizadas

- Donec turpis mauris, auctor vitae sollicitudin in, elementum efficitur tellus.
- Aenean nec turpis tortor. Ut placerat varius vivera vestibulum eu dictum purus.
- Ut lacinia commodo erat id vulputate. Orci varius natoque penatibus et dis.

NOMBRE DE LA EMPRESA | Puesto o cargo | Sep. 20XX – Oct. 20XX

Tareas realizadas

- Donec turpis mauris, auctor vitae sollicitudin in, elementum efficitur tellus.
- Aenean nec turpis tortor. Ut placerat varius vivera vestibulum eu dictum purus.
- Ut lacinia commodo erat id vulputate. Orci varius natoque penatibus et magni.

NOMBRE DE LA EMPRESA | Puesto o cargo | Sep. 20XX – Oct. 20XX

Tareas realizadas

- Donec turpis mauris, auctor vitae sollicitudin in, elementum efficitur tellus.
- Aenean nec turpis tortor. Ut placerat varius vivera vestibulum eu dictum purus.
- Ut lacinia commodo erat id vulputate. Orci varius natoque penatibus et magni.

EDUCACIÓN

TÍTULO XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXX | 20XX - 20XX

Universidad, escuela o colegio

TÍTULO XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXX | 20XX - 20XX

Universidad, escuela o colegio

IDIOMAS

Español: Nativo
Alemán: Intermedio
Francés: Avanzado

SOFTWARE

Word 
Excel 
Google Drive 

INTERESES

- Viajar
- Deportes : Natación, he participado en competencias a nivel nacional.



FORMATO DE POSTULACIÓN CURRÍCULUM VITAE

IDENTIFICACIÓN DEL POSTULANTE:

Apellido Paterno	Apellido Materno
Teléfono Particular	Teléfono Móvil
Correo Electrónico Autorizado	RUT

IDENTIFICACIÓN DEL CARGO A QUE POSTULA:

CARGO	GRADO
LUGAR DE DESEMPEÑO	

1.- TÍTULOS PROFESIONAL(ES) Y O GRADOS

*Completar sólo si corresponde, indicando sólo aquellos con certificados

TÍTULO	
INGRESO (mm,aaaa)	EGRESO (mm, aaaa)
FECHA TITULACION (dd,mm,aaaa)	
Duración de la Carrera (indicar en número de semestres o trimestres)	

TÍTULO	
INGRESO (mm,aaaa)	EGRESO (mm, aaaa)
FECHA TITULACION (dd,mm,aaaa)	
Duración de la Carrera (indicar en número de semestres o trimestres)	

TÍTULO	
INGRESO (mm,aaaa)	EGRESO (mm, aaaa)
FECHA TITULACION (dd,mm,aaaa)	
Duración de la Carrera (indicar en número de semestres o trimestres)	

Al momento de escoger el formato que más nos acomoda o que nos exigen de acuerdo a la institución que estamos postulando, es importante tener en consideración que hoy en día el tiempo destinado a los procesos de reclutamiento y selección cada vez son más escuetos, por lo que en la etapa de preselección se busca acceder a información clara, precisa y que entregue una síntesis profesional lo más exacta posible, es en este punto que se propone dedicar un sector del CV a desarrollar una breve presentación, el que idealmente se debe disponer luego de los datos personales y antes de iniciar con el detalle de experiencias laborales y formación educacional. Esta síntesis profesional se debe redactar pensando en el Marketing Personal.

Marketing Personal – Estrategia de Diferenciación

La estrategia de diferenciación debe basarse en la búsqueda de las características que nos hacen únicos y que se pueden transformar en una propuesta de valor, siempre teniendo en cuenta que lo que diferencia a las personas es la capacidad de hacer algo mejor o distinto que el resto y la marca personal es el proceso de identificarlo y el resultado de comunicarlo con eficiencia al entorno.

Para desarrollar lo anterior se sugiere un ejercicio personal: enumerar 3 virtudes y 3 defectos e indicar qué característica lo hace diferente a los demás. Pueden anotarse en un cuaderno o libreta para analizarlas con cautela o bien conversarlas con alguien de nuestra completa confianza (que sepamos que nos retroalimentará de manera objetiva). De esta manera se pueden tener en cuenta qué factores puedo tomar como oportunidades de mejora o qué características nos harían sobresalir frente a los demás, de acuerdo a ello deberíamos ser capaces de enfocarnos en qué quiero hacer con ellas y cómo hacerlas notar.

Una manera de destacar esas características en el Curriculum Vitae es enunciando mis objetivos profesionales y una pequeña descripción de quien soy. Por ejemplo:

Pasaje 2 #123 Villa la
Unión San Javier

mig@gmail.com
+56 9 55663322

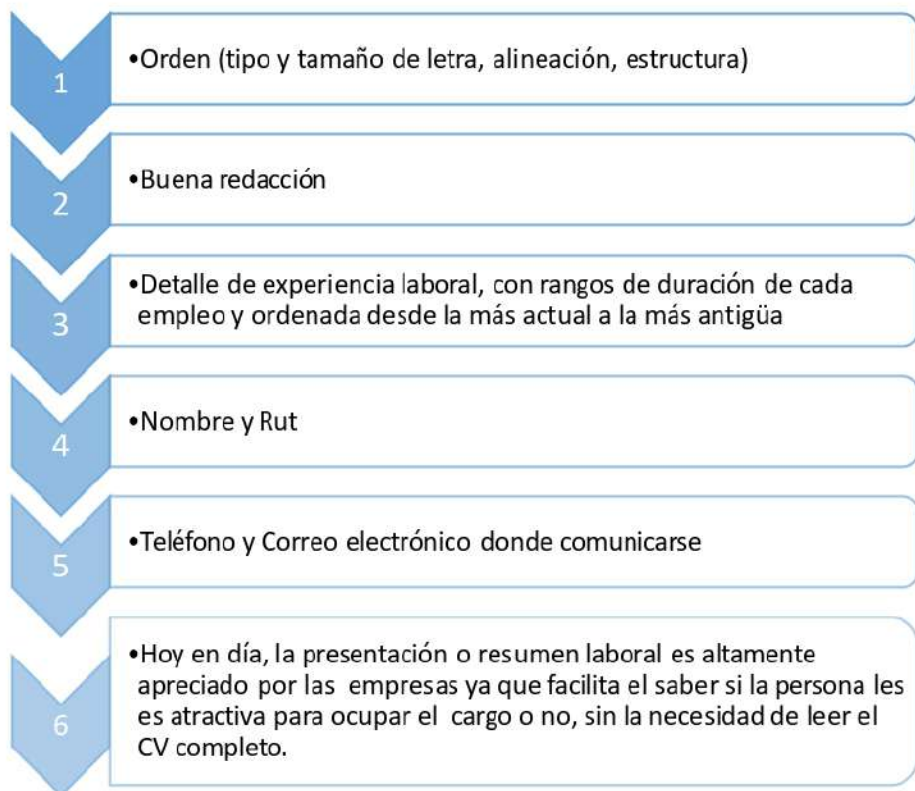
Margarita Isabel Gómez Labra Técnico en Construcción

Presentación:

Técnico en Construcción de la Universidad Santo Tomás, egresada el año 2012, poseo 8 años de experiencia laboral en el rubro. He participado de diversos proyectos regionales en Obras Civiles. Me destaco por ser una persona responsable, proactiva, honesta y comprometida. Mi principal objetivo es poder pertenecer a una empresa responsable con el medio ambiente, que me permita realizar mi carrera con proyecciones y así poder entregar lo mejor de mí.

Material Generado para ASGEM Ltda. por María Angélica Montecinos, Licenciada en Psicología y Magíster en Gerencia y Gestión Pública. Asesora en procesos de Gestión de RR.HH.

Focos principales de revisión en un CV



RESILIENCIA EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Resiliencia: Capacidad de sobreponerse.

Para poder desarrollar resiliencia en la búsqueda de empleo, es necesario que realicemos el siguiente paso a paso:

1. Definir el ¿Para qué busco empleo?

Además de lo evidente, que es el ingreso monetario, ¿cuáles son las cosas que nos motivan a trabajar? Por ejemplo: Para sentirme útil. Es necesario ser realista con las expectativas de lo que queremos lograr.

2. Identificar nuestras emociones y sentimientos

¿Qué siento al pensar que tengo que presentarme a una entrevista laboral? ¿Qué siento al pensar que puedo fallar en la entrevista y no obtener el trabajo? Es importante definir las sensaciones que experimentamos en nuestro cuerpo. Saber lo que ocurre a nivel interno nos permitirá entendernos mejor y dimensionar coherentemente el afuera.

3. Darse tiempo

Las organizaciones tienen procedimientos y tiempos preestablecidos que a veces no coinciden con nuestra urgencia; por esta razón es necesario ejercitar nuestra paciencia y tolerancia a la frustración para evitar sacar demasiadas conclusiones y que nos gane la ansiedad. Es importante preguntar al entrevistador los detalles del proceso en el que se está participando y el tiempo estimado de decisión.

4. Enfocarse en el camino

Posiblemente se tenga que participar de varios procesos de selección, pero antes de angustiarnos es bueno verlo como una oportunidad de ejercicio ante futuras entrevistas. Lo ideal es que nuestras expectativas y las de la empresa se complementen lo más posible, de esta forma se podría asegurar una contratación. En este punto es importante conocer la empresa, investigar cómo trabaja, sus procesos y ver si nos acomoda su estilo organizacional y si somos capaces de aportarle.

5. Identificando habilidades

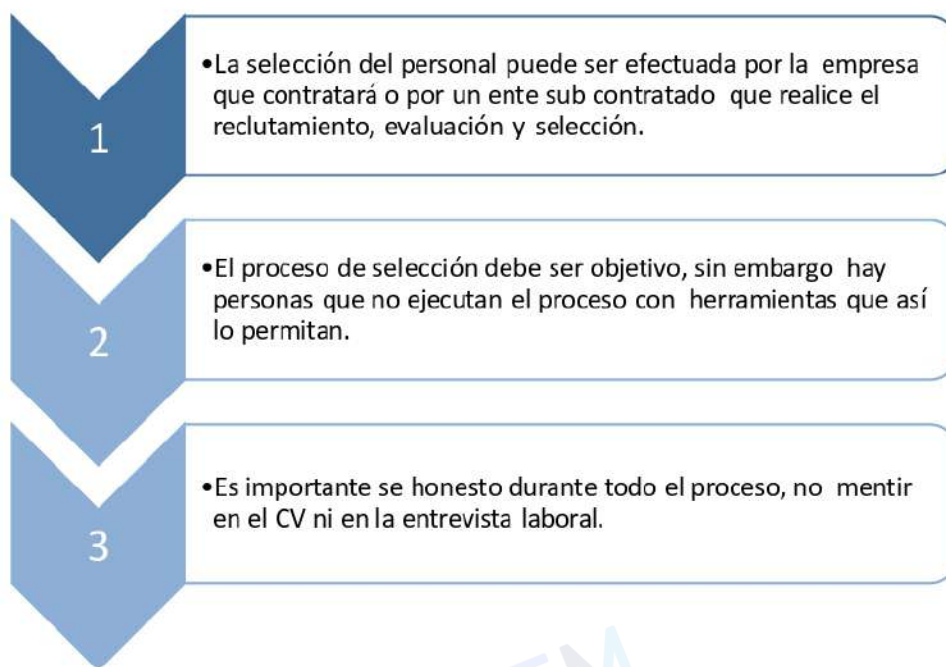
Cuando la empresa ve nuestro CV ¿Cuáles son las potencialidades que mostramos? A la empresa le gusta enfocarse en lo que nos hace diferentes y valiosos por eso es importante que seamos capaces de plasmar esta idea en el CV de manera clara para poder hacer notar la diferencia con los demás. Ojo con nuestro nivel de autoestima, autoconocimiento y autoconcepto. Es necesario que hagamos un análisis crítico de qué es lo que podemos aportar y de qué somos capaces, pero también es de suma importancia ir fortaleciendo nuestra autoestima día a día.

6. Desarrollar mecanismos para reponerse

Es importante aprender hábitos saludables que nos permitan canalizar nuestras emociones, como por ejemplo las técnicas de respiración y tensión/relajo muscular, tener un hobby, tener una red de apoyo, etc. Ayudar a los demás, e incluso si lo necesitamos ser capaces de pedir ayuda, esa es una característica de las personas emocionalmente fuertes. Ante todo, mantener una actitud positiva, si estamos haciendo de nuestra parte el resultado será sólo cuestión de tiempo.

SELECCIÓN DE PERSONAL

Cuando pasamos por el proceso de Reclutamiento y somos preseleccionados, nos consideran para participar en la etapa de selección, esta puede ser masiva o individual dependiendo del cargo al que se esté postulando. En ambas situaciones seremos expuestos a entrevistas y a las pruebas que la empresa considere relevantes.



Entrevista laboral

La entrevista es una de las etapas que tiende poner nervioso a la mayoría de los postulantes y esto no tiene porqué ser algo negativo. El nerviosismo nos puede ayudar a mantenernos alerta si es que lo sabemos manejar correctamente. Para ello existen técnicas como la de Tensión/Relajación muscular y la técnica de respiración, ambas con buena efectividad y prácticas de realizar en cualquier lugar.

La técnica de Tensión y Relajación muscular consiste en apretar los músculos de las áreas donde generalmente sentimos presión o dolor, por ejemplo, la espalda superior: Apretar la espalda superior 10 segundos y soltar lentamente, repetir esta acción por al menos 5 veces. Esto se puede repetir con zonas como los brazos o piernas, ya que pasa desapercibido por los demás y genera una sensación de relaxo para quien la ejecuta.



La técnica de respiración consiste en inhalar y exhalar en periodos rítmicos, por ejemplo: inhalar por, mantener la respiración por 5 segundos y botar el aire por la boca. Repetir 8 veces. Este ejercicio se debe realizar de manera más privada ya que es evidente para los demás lo que estamos haciendo.

Hay algunas personas que prefieren ocupar las dos técnicas de manera combinada ya que consideran que hacerlas de manera independiente no tiene los resultados esperados, por ello se invita a probar con ellas y descubrir cuál es la que más nos acomoda.

Es relevante considerar el lugar y momento donde se llevarán a cabo estos ejercicios de ser necesario ya que lo ideal es hacerlo de manera previa a la entrevista, de manera tal de poder enfrentarla más relajado y más concentrado. No se recomienda realizarlos durante la entrevista ya que pueden causar distracción o ser mal visto.

Preguntas habituales en un proceso de Selección:

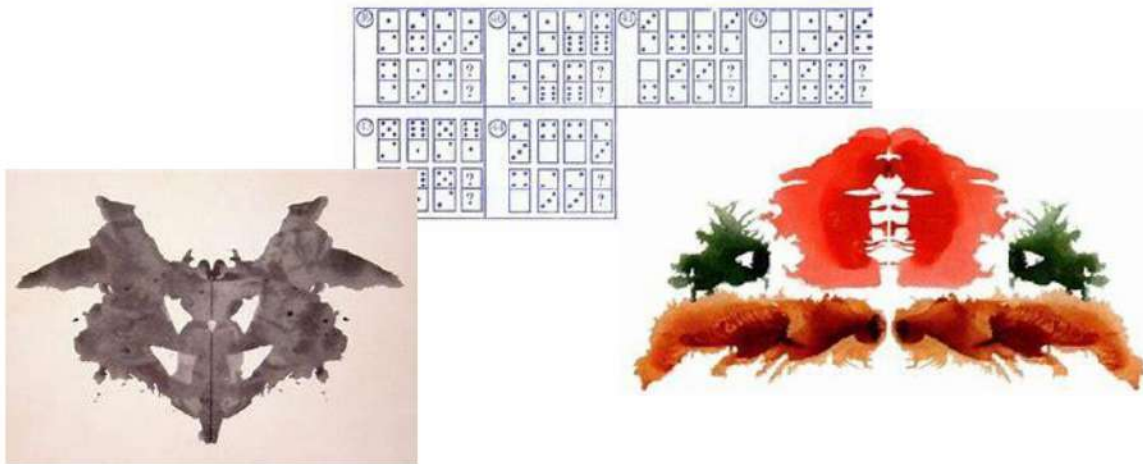
1. ¿Cómo se enteró de nosotros?
2. ¿Cómo supo que necesitábamos personal?
3. ¿Qué conoce de nuestra empresa?
4. ¿Qué lo motivó a postular a este cargo?
5. ¿Cuáles son sus pretensiones de renta?
6. ¿Tiene disponibilidad inmediata?
7. ¿Cuáles son sus principales fortalezas y debilidades?

Es importante manejar información de la empresa a la que estamos postulando, podemos encontrarla en internet, en sus páginas corporativas o por referencias de personas que trabajen allí ya que así sabremos si nos interesa trabajar en ellas o no y cuál podría ser nuestro aporte, estos dos puntos nos ayudarán a responder de mejor manera las preguntas que nos hagan ya que tendremos claridad de lo que estamos hablando y nos mostraremos interesados.

De las preguntas enunciadas anteriormente hay una que genera mayor conflicto interno y es la de "pretensiones de renta". Cuando nos hacen esta pregunta tiende a incomodarnos, pero es necesario que tengamos conciencia de cuánto vale nuestro trabajo y por cuánto estamos dispuestos a realizarlo (valores mínimos y deseados), esta pregunta generalmente se hace para investigar si estamos conscientes de nuestras aspiraciones y de si apreciamos nuestro servicio. Para dar respuesta a ello se sugiere lo siguiente:

- 1 •Se puede contestar con otra pregunta: ¿Cuál es la remuneración habitual que mantienen para este cargo?
- 2 •Si en la empresa no tienen este cargo con anterioridad o bien no quisieron responder la pregunta anterior se puede contestar: "El precio de mercado es XXX, me gustaría rondar ese monto" Es importante enfatizar en los deseos de aprender y aportar a la institución.
- 3 •Otra forma de responder es mencionando tu sueldo actual e indicando que tu deseo es mejorar ese monto.
- 4 •Lo ideal es que sea la empresa la que indique el sueldo al momento de ofrecer el cargo, pero si no es así puede ser uno mismo quien la haga durante la entrevista.

En relación a los test, es importante mencionar que cada uno de ellos responde a modelos matemáticos mediante los cuales serán analizadas nuestras respuestas, dentro de las más comunes se encuentra la persona bajo la lluvia, algunos test de inteligencia, Rorschach, Test Z, entre otros.



Cualquiera sea la prueba aplicada debemos responder con la más absoluta honestidad ya que los resultados se cotejarán con las respuestas dadas en la entrevista, por lo que cualquier respuesta previamente armada o falsa será detectada y quedará fuera del proceso. Este punto es sumamente relevante ya que muchas personas creen que aprendiéndose las respuestas de memoria existentes en internet o de personas que se han visto enfrentadas a estas pruebas podrán aprobar y quedar contratados, pero si estas respuestas no se condicen con lo que respondamos en la entrevista o con lo relatado por aquellos contactos que se usen como referencia de trabajos anteriores quedaremos automáticamente fuera del proceso.

Lo que se busca en este asunto es ver la compatibilidad entre el postulante y la empresa, que ambos se sientan cómodos, crezcan en conjunto y no se generen frustraciones o falsas expectativas, ya que estas últimas provocarían una ruptura laboral en poco tiempo y la contratación habría sido en vano, por ello es que hace una proyección de las características de personalidad del candidato y se saca un perfil de acuerdo a lo contestado en las etapas anteriores.

Presentación personal

El cómo nos presentamos a la entrevista también tiene mucho que decir, hay que mantener una imagen limpia, ordenada y acorde al trabajo para el que estamos postulando. Si bien no puede existir discriminación por la forma de vestir, de usar el cabello, el uso de tatuajes o maquillaje, hay perfiles que se ajustan más a determinados puestos de trabajo que otros. Por ejemplo, si estoy postulando para el cargo de administrador de predio agrícola y me presento con un traje de dos piezas (ambo) o con falta y tacón lo más probable es que nos miren extrañados ya que se esperaría a alguien que vaya más cómodo. Lo opuesto sería en una oficina de abogados, en donde se espera que tanto hombres como mujeres lleguen formales y sobrios, si alguien llegase con short causaría extrañeza.

Ojo, que siempre hay excepciones y para ello basta con una explicación del por qué no se asiste de la “manera esperada”.

Material Generado para ASGEM Ltda. por María Angélica Montecinos, Licenciada en Psicología y Magíster en Gerencia y Gestión Pública. Asesora en procesos de Gestión de RR.HH.



En búsqueda de la Felicidad, año 2006 – Escena entrevista Laboral

Un factor importante a considerar durante todos los procesos mencionados anteriormente es que “Es imposible No Comunicar”, Watzlawick ya en los años 60 nos lo evidenciaba dentro de sus análisis. El cómo me muevo, el cómo hablo, el cómo me visto, los colores que uso, estilo de pelo o maquillaje quiere decir algo, el formato de mi CV, los colores, la forma, orden, disposición, todo da pistas de quien soy. Por ello es de suma importancia conocerse lo suficiente y conocer a los demás para saber cómo dirigirnos e interactuar con los otros para alcanzar nuestros objetivos y más aún cuando hablamos de temas laborales, en donde somos medidos y evaluados constantemente.

EL ÉXITO DEPENDE DE TI