

# DESAFÍO: INSERCIÓN LABORAL

AUMENTA TUS OPORTUNIDADES



## IPE II

Desafío: inserción laboral

- El recorrido hecho hasta ahora.
- El desafío.
- Zona Óptima Profesional.
- Selección de personal.
- Estrategias para buscar empleo.
- Marca personal.
- Bonus track: IA

# EL RECORRIDO HECHO HASTA AHORA

En breve terminas el ciclo formativo. Todo un recorrido en el que has trabajado para obtener una titulación que mejore tu empleabilidad y tus posibilidades de inserción laboral. ¡Bien por ti!

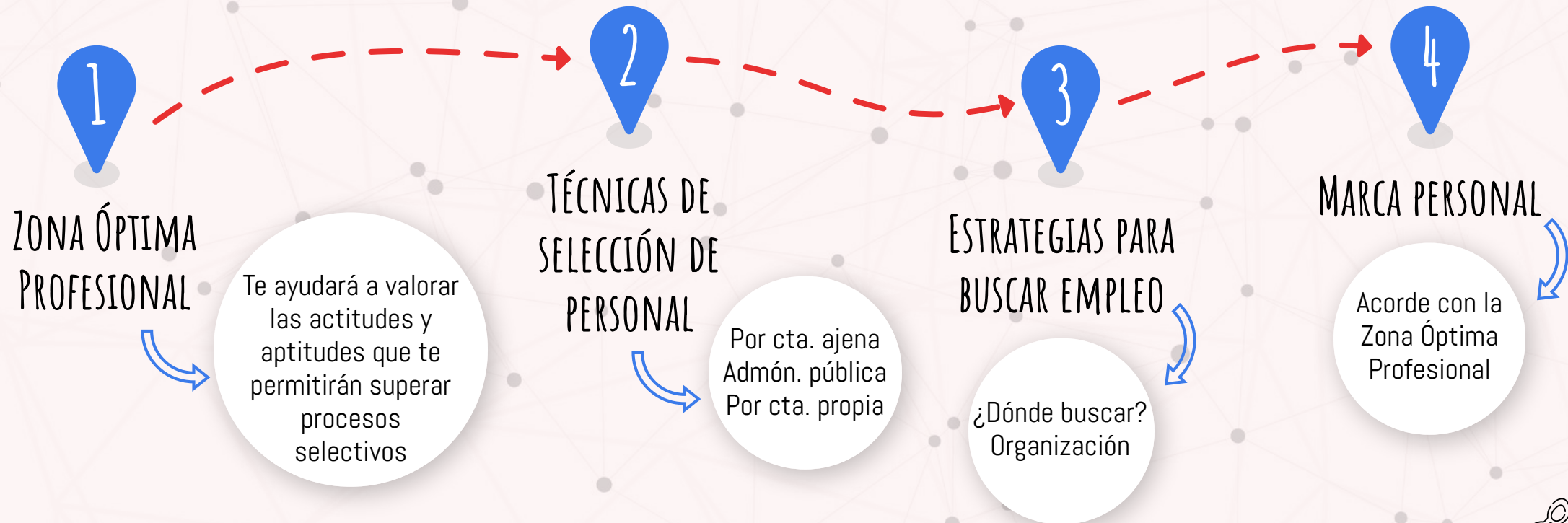
Párate un momento y reflexiona sobre el **itinerario que has hecho hasta ahora para construir, mejorar y potenciar tu empleabilidad**: en el primer curso has analizado cómo es el sector profesional de tu ciclo formativo lo que te ha llevado, entre otras cosas, a conocer cuáles son las condiciones laborales que ofrece y cómo debe trabajarse en condiciones seguras en él. Has comenzado un trabajo de autoconocimiento personal, social y profesional que te ha llevado a descubrir tu Entorno Personal de Aprendizaje y a esbozar las primeras líneas de tu Plan de Desarrollo Individual.

En el segundo curso has continuado con este trabajo profundizando en las competencias más demandadas actualmente en tu sector productivo, pero no solo eso, ¡también las has puesto en práctica desarrollando un proyecto emprendedor! Para terminar este itinerario solo te falta una cosa: enfrentarte al **desafío de la inserción laboral**. ¡Vamos allá!



# EL DESAFÍO

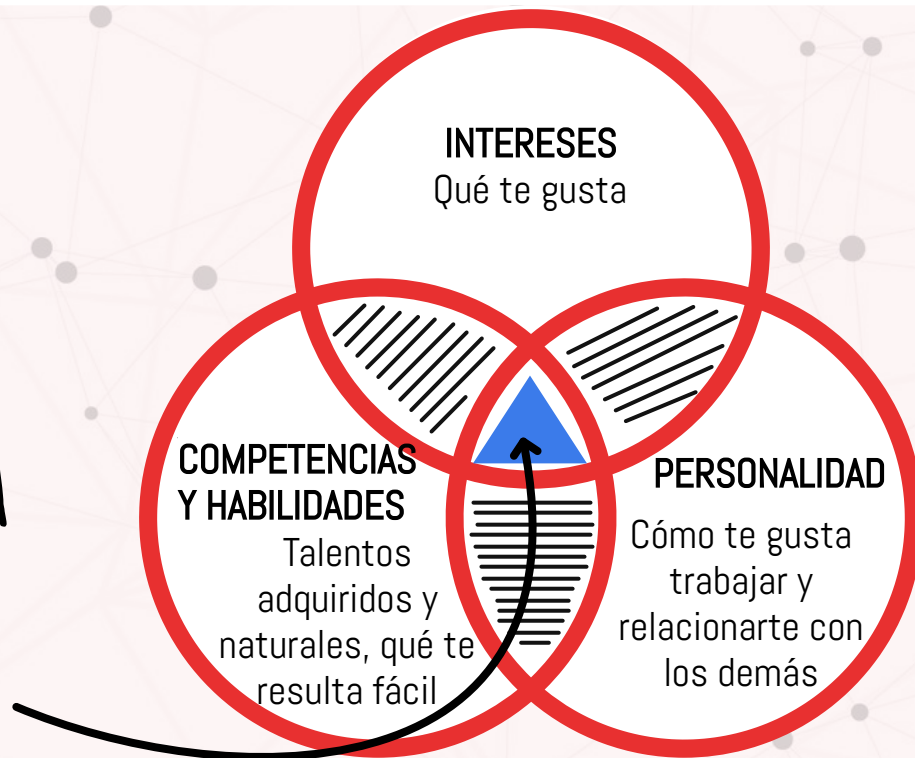
A lo largo del módulo de Itinerario Personal para la Empleabilidad (IPE) has ido adquiriendo una serie de competencias y habilidades que te permiten mejorar tus posibilidades de inserción laboral. Pero con eso no basta, es el momento de planificar y poner en marcha **estrategias** que te ayuden a realizar con éxito **procesos selectivos de empleo** para que desarrolles tu carrera profesional. Y para ello, te he preparado este recorrido:



# ZONA ÓPTIMA PROFESIONAL

La Zona Óptima Profesional se refiere al estado en el cual una persona se encuentra comprometida con su trabajo porque sus **intereses**, **personalidad** y **competencias** se encuentran alineadas, lo que le permite alcanzar un rendimiento máximo y, además, sentirse realizada. La persona experimenta un equilibrio entre desafíos estimulantes y habilidades adecuadas, lo que fomenta el crecimiento y la satisfacción personal y laboral. De esto, ya sabes mucho... seguro que te suena, aunque sea un poquito del **Ikigai** que trabajamos en **IPE I** 😊. Ahora le vas a dar una vueltecita de tuerca más 🛠️

## ZONA ÓPTIMA PROFESIONAL



# ZONA ÓPTIMA PROFESIONAL

*"No es normal saber lo que queremos. Es un logro psicológico poco común y difícil de alcanzar"*

ABRAHAM MASLOW



ZONA ÓPTIMA PROFESIONAL

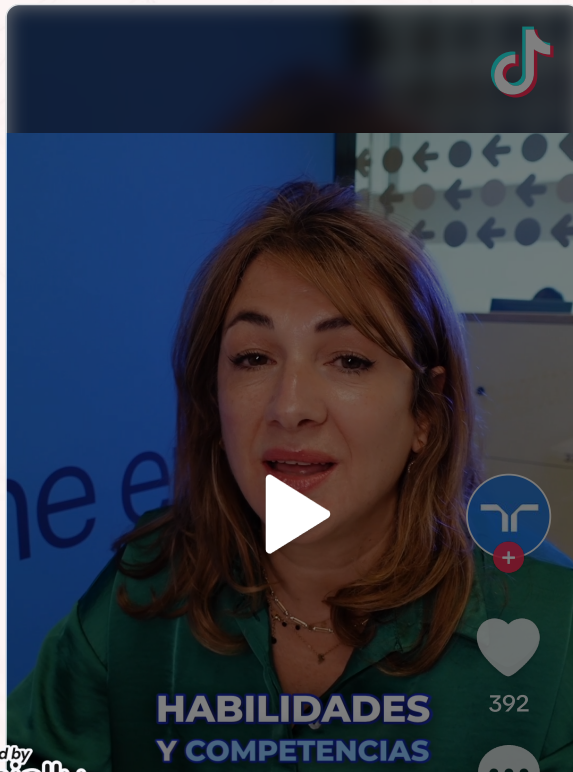
# PERSONALIDAD

- Haz varias copias de esta lista de cualidades. Marca cuáles son las cualidades que mejor te definen. Elige aproximadamente 12.
- Describe el significado que tienen para ti esas palabras.
- Dale una copia nueva de la lista de palabras a algún amigo o amiga, compañero/a de clase, jefe/a, familiar o socio/a de confianza y pídele que seleccione 12 o más palabras que crea que te identifican bien.
- Comenta con esta persona por qué seleccionó cada una de esas palabras.
- Repite el ejercicio con tantas personas de confianza como puedas. Tras 3 o 4 sesiones deberían salir temas en común. ¿Hay algún parecido entre tus percepciones y las de los demás?



# COMPETENCIAS Y HABILIDADES

Identificar nuestras competencias y habilidades a veces no es tan sencillo. Pero no te preocupes, hay muchos recursos que te ayudarán a ver la luz y a sentirte a gusto con cómo te defines e identificas.



ERES LO QUE TE GUSTA



COMPETENCIAS Y HABILIDADES PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO



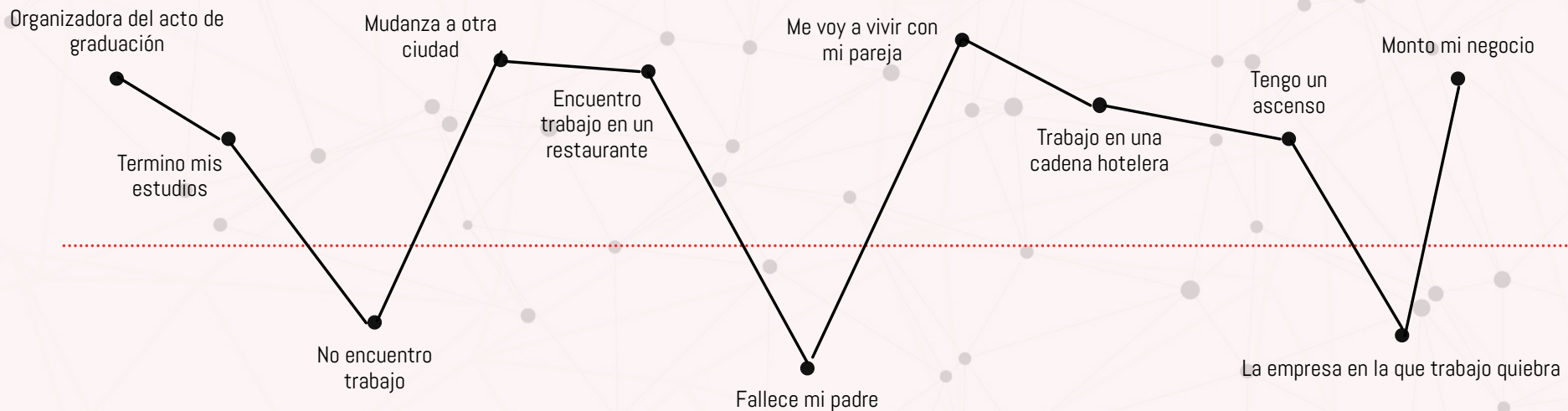
MY WAY PASS



CUESTIONARIO DE AUTODIAGNÓSTICO DE COMPETENCIAS PERSONALES PARA EL EMPLEO

# LÍNEA DE VIDA

Anota tus momentos álgidos y bajos. Recuerda acontecimientos que indiquen momentos en los que has estado a tope o momentos bajillos de tu vida y márcalos en una línea temporal que remonte tanto tiempo como puedas en el pasado. Piensa en acontecimientos importantes de tu vida **personal**, **académica** o **profesional** (tanto buenos como malos). Piensa en **hitos** que recuerdes claramente y que están relacionados con **emociones**. Piensa en **cambios** que has dado (voluntariamente o no) en tu vida. Cuando tengas entre 15 y 20 acontecimientos aproximadamente dibuja una línea para conectar los puntos.



# SELECCIÓN DE PERSONAL

Dependiendo de cómo y dónde quieras desarrollar tu trabajo te encontrarás con alguna o algunas de estas posibilidades en tu sector profesional. El proceso de selección de personal presenta diferencias en cada una de estas opciones (que ya viste el en RA1 de IPE I, ahora las repasamos y profundizamos un poco más en ellas):

## POR CUENTA AJENA

Trabajo personal, voluntario, retribuido, por cuenta ajena, dependiente.



SELECCIÓN DE PERSONAL 

## POR CUENTA PROPIA

Aquellas personas que llevan su propia empresa o ejercen por su cuenta y con autonomía una profesión liberal, para lo cual pueden a su vez contratar a personas empleadas a las que remuneran mediante un sueldo. (Definición del INE).



SELECCIÓN DE PERSONAL 

## EN EL SECTOR PÚBLICO

Personal empleado público es todo aquel trabajador o trabajadora que desempeña funciones al servicio del interés general, con retribuciones económicas por parte de las Administraciones Públicas. Se clasifican en personal funcionario de carrera, funcionario interino, personal laboral o personal eventual.



SELECCIÓN DE PERSONAL 



## POR CUENTA AJENA

Las empresas ponen en marcha diferentes estrategias para encontrar el personal adecuado para su organización. Cada sector tiene las suyas propias (aunque es verdad que en muchas de ellas hay elementos comunes como el cv o la entrevista). En clase vamos a ver con detenimiento algunas de ellas y que se utilizan en tu sector. Aquí te dejo también más info de otras:

-  DINÁMICAS DE GRUPO
-  TEST PSICOMÉTRICOS
-  GAMIFICACIÓN
-  VÍDEO ENTREVISTA



## POR CUENTA PROPIA

Cuando hablamos de trabajar por cuenta propia nos referimos al EMPRENDIMIENTO PRODUCTIVO (ya sabes que el emprendimiento tiene muchos prismas).

Si es tu opción, hay muchas instituciones que están ahí para echarte una mano. Por ejemplo:



ANDALUCÍA EMPRENDE



INFORMACIÓN Y ATENCIÓN AL  
EMPRENDIMIENTO

# CÓMO HACER Y QUÉ DEBE CONTENER TU CV



## DATOS DE CONTACTO

¿Quién eres?  
¿Cómo contactan contigo?



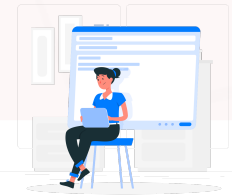
## EXPERIENCIA

¿Qué has hecho hasta ahora  
que aporte valor para el puesto  
al que quieres acceder?



## FOTOGRAFÍA

¿Sí? ¿No? Depende



## TECNOLOGÍAS

En el diseño y presentación de  
tu propio cv ya lo estás  
demostrando

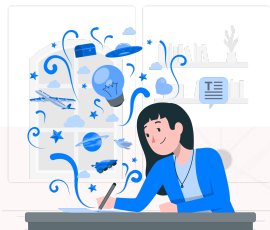
## PERFIL PROFESIONAL

Describe, resume  
tu trayectoria y tus  
inquietudes



## FORMACIÓN

¿Qué has estudiado?



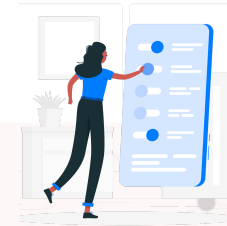
## IDIOMAS

Los idiomas te hacen destacar,  
¡sácale partido!



## INFORMACIÓN ADICIONAL

Si procede, puedes añadir  
algunos datos más



## TECNOLOGÍAS

Las empresas buscan profesionales con conocimientos informáticos para cualquier tipo de trabajo, y el tuyo, también.

Analiza tus conocimientos, los programas y apps que dominas, tus habilidades tecnológicas, etc. y hazlo valer en tu cv.

En tu ciclo formativo has cursado el **módulo de Digitalización aplicada al tu sector productivo** donde has valorado las mejoras que suponen la implementación de sistemas de producción y prestación de servicios digitalizados, desarrollando un proyecto de transformación digital de una empresa del sector. ¡Ponlo en valor en tu CV!

[Cómo escribir tus conocimientos informáticos en el CV](#)



## IDIOMAS

En tu ciclo formativo has cursado uno o varios **módulos** en los que has mejorado tu competencia en esa lengua capacitándote para comunicarte y desenvolverte en tu puesto de trabajo. Ese (esos) módulo lo puedes demostrar con tu expediente académico y tienen valor en el mercado laboral.

Si quieres saber todo lo referente a esta sección, pincha en el siguiente enlace (¡es súper completo!).

[Cómo destacar los idiomas en CV \(niveles y ejemplos\). Guía completa](#)

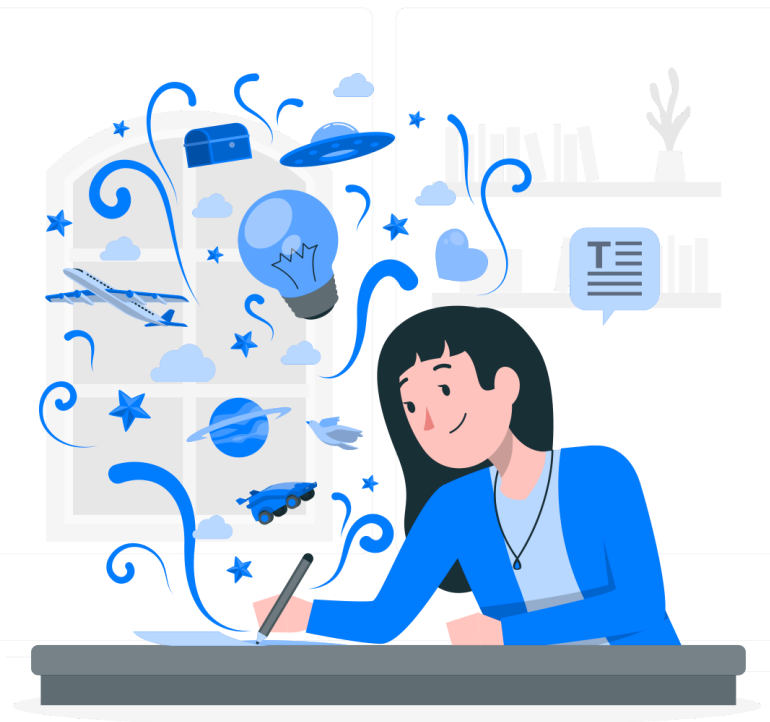


## CONSEJOS

- Utiliza programas y apps para diseñar tu cv como Genially, Canva, Power Point, etc.
- Si usas una plantilla, adáptala a tus necesidades.
- Personaliza tu cv, hazlo único.
- No te olvides de utilizar palabras clave.
- Revisa tu currículum hasta que este perfecto (forma, texto, ortografía, edición, etc.).
- Adapta tu cv a la oferta de empleo (no uses uno genérico para todo).
- No te pases con la extensión...
- Actualiza constantemente tu cv.
- Guarda tu cv en la nube para que siempre tengas acceso a él (por ejemplo, en tu portfolio digital, en tu Drive, etc). Nunca se sabe cuando te puede hacer falta.



## FORMACIÓN



Al igual que en el apartado de experiencia, es recomendable mencionar primero la titulación más reciente.

En esta sección deberás poner la formación reglada que has cursado (titulación oficial).

Si tienes otra formación (que puede ser muy adecuada e interesante para el puesto) deberás buscarle o crearle otro lugar.

**Qué datos debe tener la información sobre la formación:**

- Nombre de la titulación.
- Centro de estudios.
- Ubicación.
- Año de obtención del título.



### Ejemplo:

2026 - Técnico Superior en Dirección de Cocina.  
CPIFP Hurtado de Mendoza (Granada)



## INFORMACIÓN ADICIONAL

- Otros datos de interés:
  - Disponibilidad inmediata.
  - Movilidad geográfica.
  - Flexibilidad horaria.
  - Carnet de conducir.
- Hobbies, intereses y/o aficiones.
- Logros profesionales.
- Referencias.
- Tu elevator pitch profesional.

## EXPERIENCIA

La experiencia es un concepto bastante amplio, qué debes poner dependerá de tu trayectoria ya que en este aspecto podrá ser:

- Prácticas.
- Voluntariado.
- Trabajo familiar.
- Trabajo por cuenta propia.
- Trabajo por cuenta ajena.



La tendencia actual es incluir los tres o cuatro puestos de trabajo más recientes y que estén relacionados con la oferta de empleo.

## QUÉ DATOS DEBE TENER LA INFORMACIÓN SOBRE LA EXPERIENCIA PROFESIONAL:

- Puesto de trabajo.
- Nombre de la empresa.
- Ubicación.
- Fecha de inicio y finalización del contrato.
- Tareas principales de las que fuiste responsable.

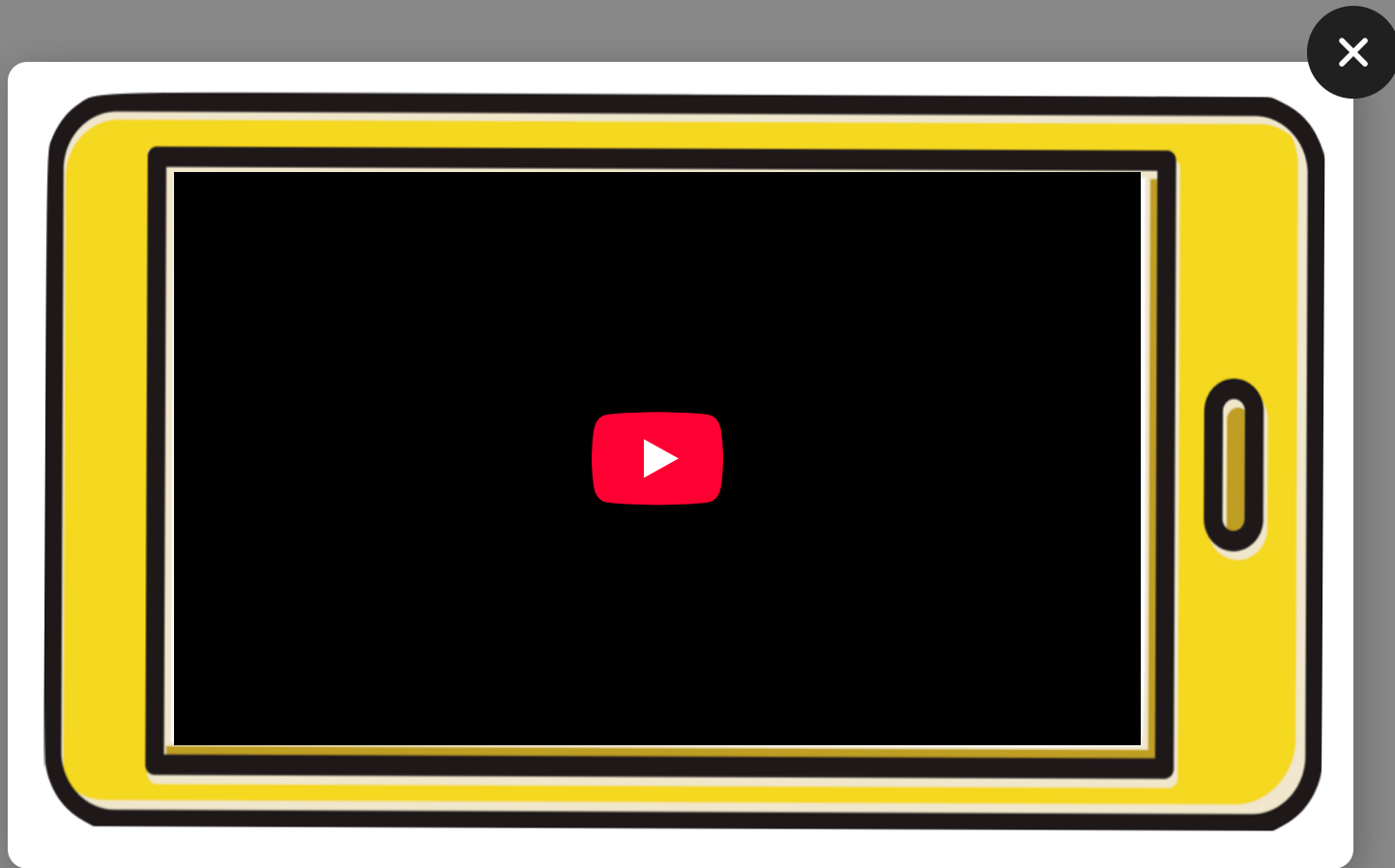
### Ejemplo:

06/2026 - 09/2026 Cocinera

Restaurante La Ola, Motril (Granada)

- Preparación de numerosos platos exactos en el mismo turno con la minuciosidad, atención al detalle y calidad requerida.
- Adaptación de recetas de la carta para eliminar alérgenos y hacer una propuesta gastronómica más inclusiva.
- Dirección de equipos y diseño de los turnos de trabajo.







## PERFIL PROFESIONAL

Es un resumen "concentrado" de tres a cuatro líneas en la que explicas brevemente tu carrera profesional o tu formación; tus competencias, habilidades y destrezas y tus objetivos profesionales a corto o medio plazo.

Debes utilizarlo como carta de presentación (por eso debe estar en un lugar bien visible del cv). Pero ¡atención! no consiste en repetir o duplicar información que ya aparece en el cv: es un apartado donde te "lucas" comentando tus puntos fuertes y por qué eres la persona candidata idónea para el puesto.



## DATOS DE CONTACTO

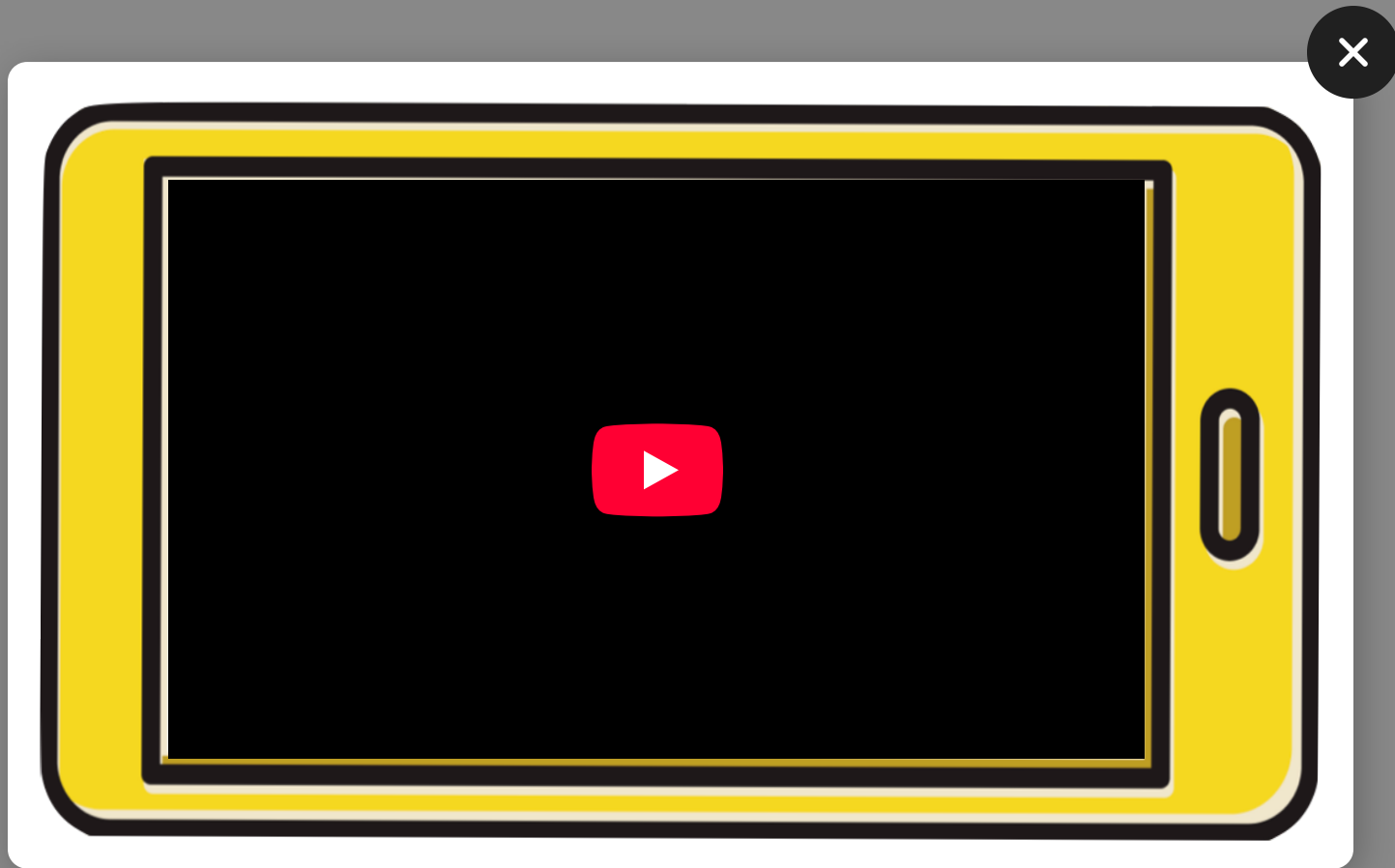
Los datos que deben aparecer bien claros son, al menos:

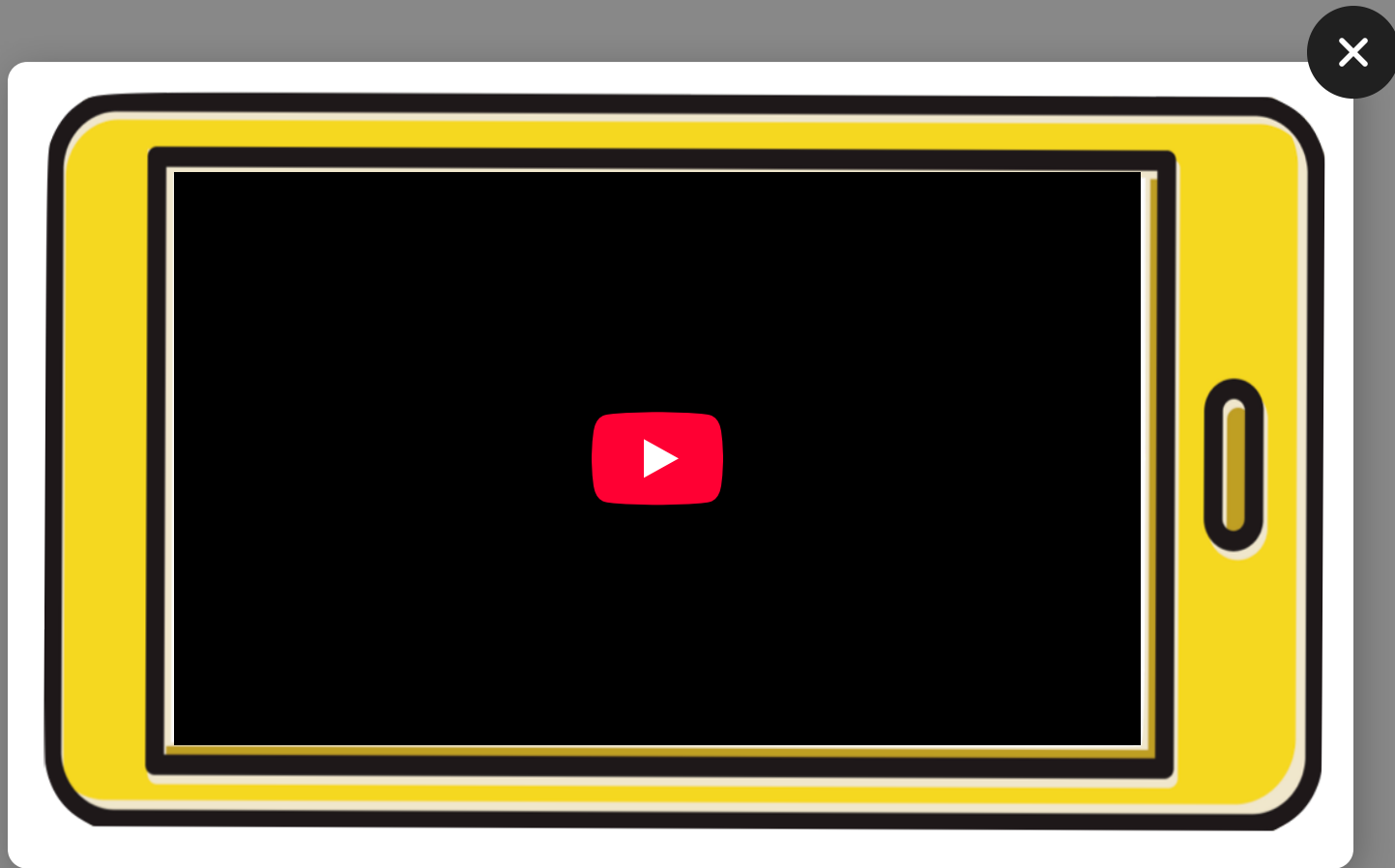
- Nombre y apellidos
- Dirección o lugar de residencia actual
- Teléfono
- Correo electrónico

Si tienes un sitio web, blog, portafolio, etc. que suponga un valor añadido a tu candidatura añádelo también.

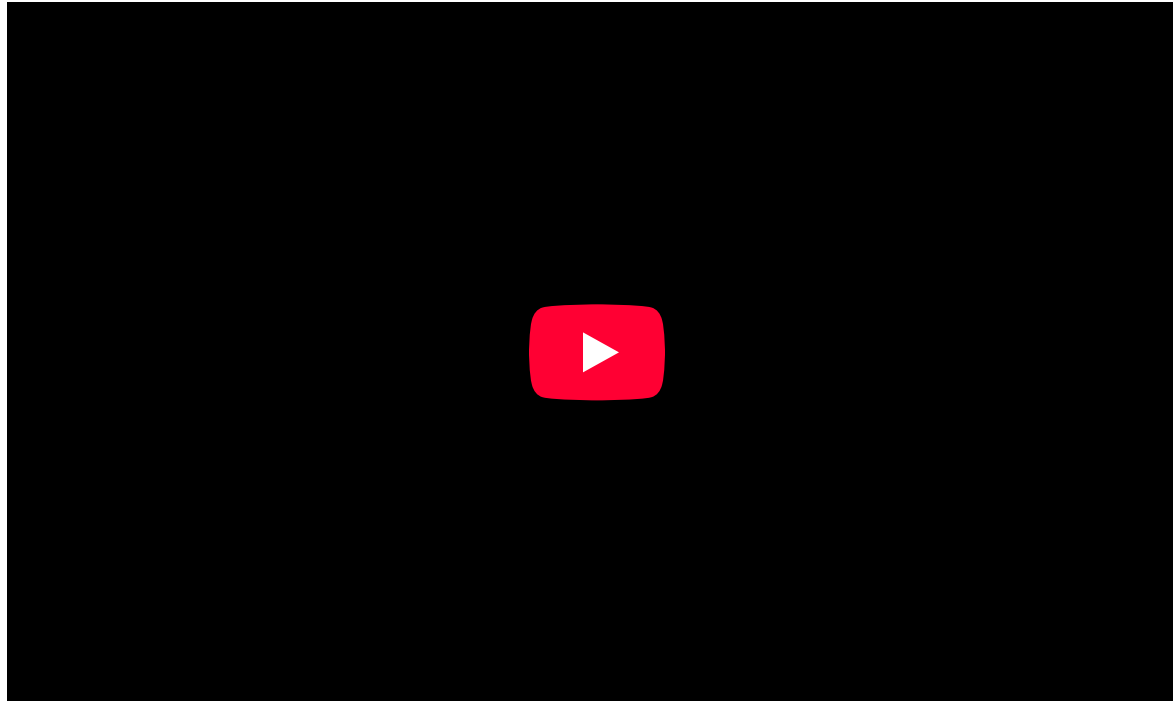
Si tienes perfil en alguna red social profesional, como puede ser LinkedIn, pon el enlace al mismo.

Aquí tienes algunos consejos para esta red que pueden serte útiles 😊





## FOTOGRAFÍA



Tradicionalmente la fotografía se incluía en todos los currículums en nuestro país, pero desde hace unos años, se están implantando otras tendencias. Para ciertos tipos de trabajo sí que puede ser interesante incluir la fotografía (principalmente si se va a trabajar en atención directa al público) pero para otros ya no es tan importante. ¡Así que tú decides!



# CÓMO HACER Y QUÉ DEBE CONTENER TU ELEVATOR PITCH PROFESIONAL

1 Escribe las **ideas** principales que quieres transmitir.

2 De ellas, **selecciona** de 7 a 10 ideas.

Elimina: repeticiones, información superflua o poco clara, aspectos complejos, etc.

3 **Encaja** esas ideas con estas etiquetas:

1. Intro: haz una pregunta o afirmación sorprendente.
2. Presentación: ¿quién eres?, ¿qué haces aquí?
3. ¿Cuáles son los problemas o necesidades que detectas?
4. ¿Qué soluciones aportas?
5. ¿Qué beneficio principal obtienen de ti?
6. ¿Por qué eres la persona adecuada?
7. Llamada a la acción.

4 Si se te quedó alguna etiqueta sin cubrir... ¡sigue pensando!

5 Utiliza **frases** cortas, impactantes y concretas.

Ejemplo: no digas "soy muy buena cocinera", sino, "en los últimos años las críticas gastronómicas en la revista X han aumentado un 15%".

6 Ensáyalo, grábalo varias veces. **No te quedes con el primer resultado.**

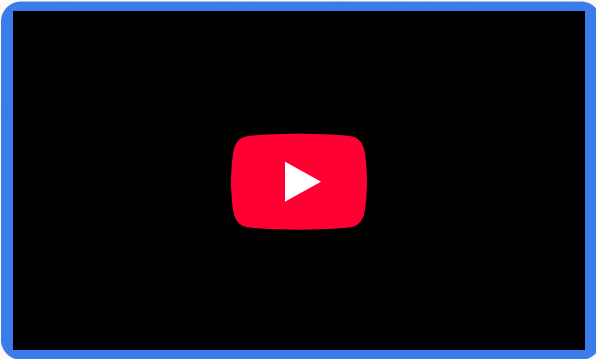
Graba en horizontal o vertical dependiendo de dónde lo publiques.

7 Cuida la **calidad** de la imagen, del sonido y del entorno donde grabas.

8 **Edita** el vídeo.

9 Inserta tu pitch con un enlace o Qr en tu **CV**.

+ INFO





## + INFO



12 ejemplos inspiradores de elevator pitch para crear el tuyo.



Elevator pitch: ¿qué decidir cuando tienes 30 segundos para impactar?



# ENTREVISTA DE TRABAJO

Lo sé, no es fácil. Además, si no tienes experiencia a veces al principio da entre susto y un pelín de corte. Pero para eso estoy yo aquí, para ayudarte. En clase vamos a trabajar desde 0 como hacer la mejor entrevista posible. ¡Vamos! ☒☒



# ESTRATEGIAS PARA BUSCAR EMPLEO: DÓNDE BUSCAR

Que controles las técnicas de selección de personal es una parte importante del proceso para la búsqueda de empleo pero a partir de ahí estarás conmigo que las preguntas clave son: ¿**DÓNDE BUSCAR?** y ¿**CÓMO ME ORGANIZO?**

## INTERNET

-  PLATAFORMAS ONLINE
-  REDES SOCIALES

## OTRA OPCIÓN

-  E.T.T.

## MERCADO OCULTO

-  CÓMO ACCEDER A ÉL

## ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

-  SERVICIO ANDALUZ DE EMPLEO (SAE)
-  SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO ESTATAL (SEPE)

## ACCIONES QUE DEPENDEN DE TI

-  RED PERSONAL. NETWORKING
-  ¡PRESÉNTATE A LA EMPRESA!



## REDES SOCIALES





## MERCADO OCULTO

El mercado oculto de empleo hace referencia a todas las vacantes que no se anuncian públicamente. Según un informe de la Asociación Internacional de Empleo y Reclutamiento (AIER), aproximadamente el 80% de las oportunidades laborales nunca se publican en portales de empleo ni en redes sociales.



# AUTOCANDIDATURA



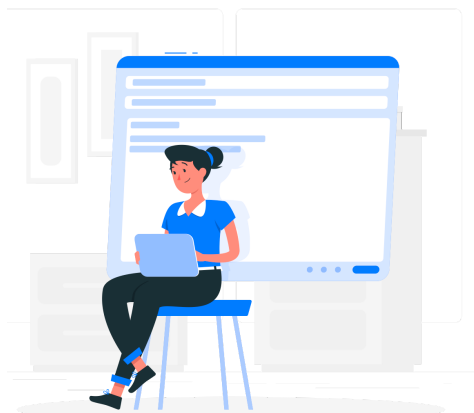


## PLATAFORMAS ONLINE

En estos enlaces te dejo información interesante y también especializada:

 XATACA

 PLATAFORMAS ESPECIALIZADAS EN  
HOSTELERÍA Y TURISMO



## RED DE CONTACTOS. NETWORKING



### NETWORKING (OFFLINE Y ONLINE)

Se trata de una práctica desarrollada por profesionales (independientemente de que trabajen por cuenta propia o ajena), que busca crear y aumentar una red de contactos.

Internet y las redes sociales son importantísimas para buscar ofertas de trabajo. Pero la realidad empresarial de nuestro país está también más allá de la pantalla de tu móvil u ordenador. Las estadísticas señalan que la gran mayoría de puestos de trabajo, las personas las encuentran a través de su red de contactos. Un porcentaje bastante menor lo hace a través de plataformas online.

Por esta razón es primordial que:

- Hagas un esfuerzo por **ampliar tu red de contactos** (personalmente u online -a través de las RRSS-).
- No dejes de **formarte** (ahí es dónde encuentras a personas interesadas en lo mismo que tú y que frecuenta círculos de trabajo en ese sector profesional).
- Presenta tu **autocandidatura**, la gente debe saber que estás disponible e interesado/a en encontrar un empleo.
- **Cuida tu imagen**, nunca sabes de dónde ni cuándo vendrá la oportunidad.

# ESTRATEGIAS PARA BUSCAR EMPLEO: ORGANÍZATE PARA TENER MÁS OPORTUNIDADES

TIENES BASTANTES COSAS QUE HACER. NO PIERDAS EL TIEMPO

 D.A.R.D.E.  
 INFORME DE VIDA LABORAL



D.A.R.D.E.



# MARCA PERSONAL

👉 QUÉ ES

👉 PARA QUÉ SIRVE

👉 POR QUÉ ES IMPORTANTE

👉 CÓMO SE CONSTRUYE Y MEJORA

👉 CREA TU PERFIL DE LINKEDIN CUIDANDO TU MARCA PERSONAL



+ INFO  
(DE LA BUENA)



## ¿QUÉ ES LA MARCA PERSONAL?

Sabemos qué es una marca: todos podemos reconocer un producto y asociarlo con su creador/a cuando lo vemos en la tele o lo escuchamos en la radio. La marca personal funciona de la misma manera, pero aplicada a nuestro perfil profesional.

Desde que nacemos, dejamos una huella que nos define, así que podríamos decir que nuestra marca personal es el reflejo de nuestra trayectoria. Es todo lo que has hecho para ser quien eres hoy y lo que influye en cómo te perciben los demás en tu entorno.



## ¿CÓMO SE CONSTRUYE Y MEJORA?

- Determina tu **público objetivo**. Al igual que se hace en cualquier proyecto emprendedor, conocer a quién quieres y puedes, llegar es fundamental.
- **Crea** una web, un blog, un portafolio... y publica con regularidad. Convierte esta herramienta digital en el escaparate de tu trabajo.
- Genera una buena estrategia en **RRSS**. Elige aquellas donde se encuentre tu público objetivo. Sé constante en hacer publicaciones de la mayor calidad posible.
- Haz **networking** (tanto online como offline). Esto implica establecer y mantener relaciones con otras personas dentro y fuera de tu campo profesional con el objetivo de intercambiar información, recursos, oportunidades y apoyo mutuo.
- Cuida la **netetiqueta** (normas de conducta en internet) en tus intervenciones online.
- **Actualiza** tu marca personal regularmente y no dejes de trabajar en ella cuando encuentres empleo. Recuerda que también debes mantener el puesto y que en algunos momentos, probablemente cambiarás de empresa o puesto.



## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Nos guste o no, somos nuestro "propio producto" a la hora de buscar trabajo y también de mantenerlo.

Proyectamos una imagen cuando nos relacionamos con gente, tenemos un determinado comportamiento, cómo nos vestimos, nuestra reputación offline y online...

Puedes y debes cuidar tu imagen personal alcanzando una **coherencia** entre:

**LO QUE DICES.**

**LO QUE HACES.**

**TU ACTITUD.** En IPE I y II estás haciendo un análisis profundo de tí mismo/a (autoconocimiento). Este esfuerzo te permite saber qué puedes ofrecer a los demás, qué valor puedes aportar y qué necesidades puedes cubrir.



 LinkedIn respects your privacy

LinkedIn and 3rd parties use essential and non-essential cookies to provide, secure, analyze and improve our Services, and to show you relevant ads (including professional and job ads) on and off LinkedIn. Learn more in our [Cookie Policy](#).

Select Accept to consent or Reject to decline non-essential cookies for this use. You can update your choices at any time in your [settings](#).

Accept

Reject

Tu Marca Personal: tu Activo más valioso • 29 pages

Alfredo Vela Z... , Formador, consultor, creador de contenidos y speaker en marketing digital, redes sociales, marca personal, formación, orientació...



# La Marca Personal: tu Activo más valioso

Autor: Alfredo Vela





## ¿PARA QUÉ SIRVE?

- Para conseguir un empleo y para mantenerlo.
  - Para obtener visibilidad.
  - Para la gestión de la carrera profesional
- 
- Es un medio, no un fin en sí mismo.
  - No es abrirse un perfil en una red social.
  - Que trabajes tu marca personal no significa que esta sea artificial.
  - Debes ser tú mismo/a.



CREA TU PERFIL DE LINKEDIN CUIDANDO TU MARCA PERSONAL



# CÓMO TE PUEDE AYUDAR LA IA EN TU PROCESO DE BÚSQUEDA DE EMPLEO

BONUS TRACK

¡NO TE PIERDAS ESTE  
WEBINAR!

 AUTOCONOCIMIENTO

 CURRÍCULUM VITAE

 ENTREVISTA DE TRABAJO

 ORGANIZACIÓN





## AUTOCONOCIMIENTO CON IA

Acompañar tu proceso de autoconocimiento (el que llevas haciendo desde IPE I) con herramientas de IA puede ayudarte a alcanzar otro nivel. Lo ideal es que combines métodos más tradicionales con las nuevas oportunidades de autoexploración que te ofrece la Inteligencia Artificial.



Es una herramienta de análisis de personalidad que utiliza inteligencia artificial para proporcionar insights sobre cómo comunicarse e interactuar efectivamente con otros. Analiza datos públicos y comportamientos en línea para crear perfiles de personalidad basados en teorías psicológicas reconocidas.



MiperfilDISC fusiona la teoría DISC con el círculo interpersonal, creando un mapa conductual de 16 dimensiones. La evaluación revela los matices del perfil del candidato/a, ofreciendo percepciones sobre tus interacciones. Este enfoque permite comprender y optimizar el estilo de comportamiento en diversos contextos profesionales.



ORGANÍZATE



Jobscan

Con esta herramienta puedes crear alertas personalizadas para automatizar la búsqueda de empleo. Te permite configurarla para recibir notificaciones sobre aquellos trabajos en los que tienes más interés y son más coincidentes con tus criterios.



## CURRÍCULUM VITAE CON IA



### MI CV EN TRES PASOS.

Para presentar CV actualizados, atractivos y adaptados a las demandas específicas de cada sector. Se trata de una herramienta gratuita que integra un soporte para elaborar el CV, con una guía virtual y un asesoramiento individual sobre los pasos y consejos que se deben seguir para su confección.



CV MAKER.



Es una herramienta que utiliza la inteligencia artificial para ayudar a los/las candidatos/as a crear CV profesionales y atractivos.



## PRAPARA Y ENTRENA TU ENTREVISTA DE TRABAJO CON LA IA



### InterviewAI.me

Proporciona retroalimentación instantánea sobre tus respuestas para ayudarte a mejorar tus habilidades de entrevista. Después de grabar tu respuesta, el sistema analiza tu respuesta y te proporciona retroalimentación sobre tu tono, ritmo y contenido.



Utiliza estas herramientas para entrenar tu entrevista de trabajo, te sorprenderá la retroalimentación que te da si utilizas un buen prompt 😊

