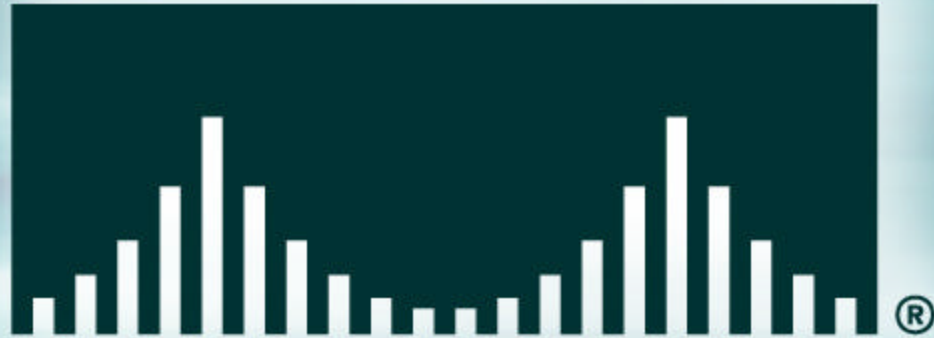


CISCO SYSTEMS



Herramientas para el Posicionamiento Laboral

BIENVENIDOS

En una época de cambio radical, el futuro pertenece a los que siguen aprendiendo.

Los que ya aprendieron se encuentran equipados para vivir en un mundo que ya no existe.



SIGNOS DE LOS TIEMPOS:

Cisco.com



Cambio Acelerado

Creciente producción
de información

Globalización

Cambio cualitativo

Postmodernidad y
conflicto de valores

Otros...

Nuevos actores sociales



DESAFÍOS PARA LAS PERSONAS

Cisco.com

Trabajo en equipo

Multihabilidades

Movilidad

Autonomía

Empleabilidad

Innovación

Recursos limitados

Iniciativa



ANTECEDENTES

Cisco.com

¿Qué es lo que lo que más le preocupa a los jóvenes profesionistas durante el proceso de conseguir empleo?

¿Qué factores influyen en la decisión de una empresa para contratar o no a un profesionista?

¿Cuál es el mejor trabajo?

¿Qué habilidades necesitan desarrollar los jóvenes que les permitan crecer a lo largo de su vida profesional?

De acuerdo con las estadísticas el 36% de los profesionistas mayores de 25 años reciben ingresos inferiores a tres salarios mínimos.

20% gana de tres a cinco salarios mínimos.

36% percibe más de cinco y menos de 10 salarios mínimos.

El índice de desempleo actualmente es del 3.2%

Con experiencia 85.9%

Sin experiencia 14.1%



Algunos de los rasgos y habilidades individuales mínimos requeridos por una empresa para la contratación de su personal son:

Multihabilidades

Visión global

Adaptación al cambio

Planeación y Organización

Toma de decisiones

Capacidad de escucha

Tolerancia a la presión

Delegación

Comunicación oral

Comunicación escrita

Excelente presentación

Liderazgo

Inglés y cómputo

Iniciativa

Sensibilidad

Persuasividad

Seguimiento y control

Entre otras..

AUTODIAGNÓSTICO

¿Quién soy?

Cisco.com

¿Con qué cuento?

H
A
B
I
L
I
D
A
D
E
S

- Cualidades
- Defectos
- Habilidades
- Valores
- Características
- Talentos
- Áreas de oportunidad

¿Qué quiero?

- Metas
- Objetivos
- Aspiraciones
- Ambiente
- Empresa
- Deberes
- Responsabilidades
- Motivaciones

I
N
T
E
R
E
S
E
S

FORTALEZAS



HABILIDADES

INTERESES

Polite

**Tengo las habilidades
pero no me satisface
realizarlas**

FRUSTACIÓN

**Me gusta hacerlo pero
no tengo las
habilidades**

DESGASTE

**Tengo las habilidades y
me satisface realizarlas**

ÉXITO Y MOTIVACIÓN



AUTOCONOCIMIENTO

Cisco.com

- Reconocer nuestras características
- Identificar nuestras habilidades
- Reconocer nuestras áreas de oportunidad



AUTOCONOCIMIENTO

Cisco.com

- La conciencia de uno mismo requiere de una forma neutra de autoobservación que no provoque reacción ni juicio
- Conciencia de uno mismo significa ser “consciente de nuestro humor y también de nuestras ideas sobre ese humor”

AUTOCONOCIMIENTO

¿DÓNDE NOS
CONOCEMOS?



NOS CONOCEMOS EN:

Cisco.com

Nosotros mismos (introspección, reflexión)

Nuestra historia y en nuestro proyecto

Nuestras creencias, convicciones y valores

Nuestros gustos, intereses y aficiones

Nuestros temores y en nuestras esperanzas

La relación con los demás

Nuestro quehacer y en nuestro actuar



AUTOESTIMA

Cisco.com

- El aprecio por uno mismo
- Reconocimiento y valuación de nuestras cualidades
- Es el marco de referencia desde el cual nos proyectamos



La autoestima es la disposición a uno mismo como alguien competente para enfrentarse a los desafíos básicos de la vida y ser merecedor de la felicidad.

N. Branden

**Tiene dos componentes:
La autoeficacia y el autorrespeto**



Es el concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida.



AUTOESTIMA

Cisco.com

Para llegar a desarrollar la autoestima es necesario recorrer ciertos pasos:

- 1. Autoconocimiento**
- 2. Autoconcepto**
- 3. Autoevaluación**
- 4. Autoaceptación**
- 5. Autorrespeto**
- 6. Autoestima**



AUTOESTIMA

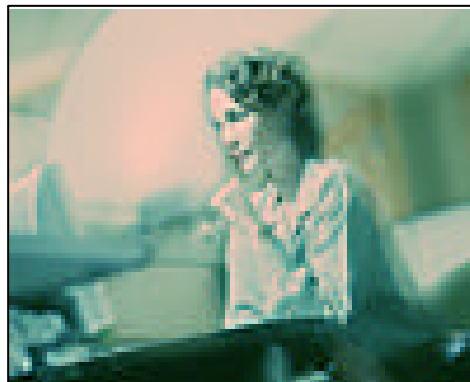
Cisco.com

Características:

- Vive, comparte e invita a la integridad
- Honesta
- Responsable
- Comprensiva y amorosa
- Se siente importante
- Confianza en su propia competencia
- Tiene fe en sus decisiones
- Ella misma significa su mejor recurso



Una elevada autoestima, vinculada a un concepto positivo de sí mismo, potenciará la capacidad de la persona para desarrollar sus habilidades y aumentara el nivel de seguridad personal.



A stylized, handwritten-style logo that reads "Rolie". The letters are dark blue or black, with a cursive, flowing appearance.

SEIS PILARES DE LA AUTOESTIMA

Cisco.com



- La práctica de vivir conscientemente

- La práctica de la autoaceptación

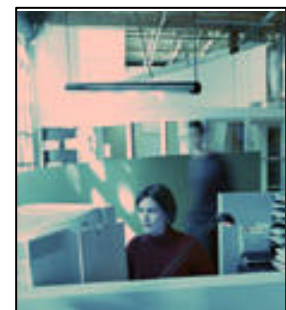


Rockie

•La práctica de la autorresponsabilidad

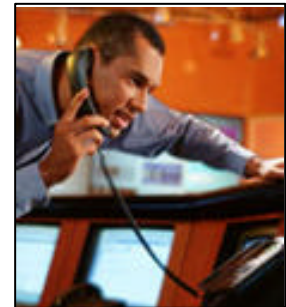


•La práctica de la autoafirmación

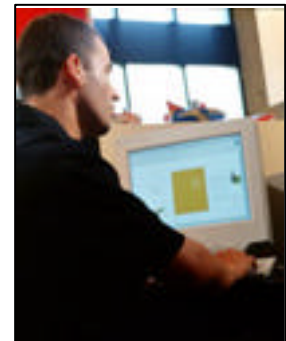


Rockie

- La práctica de vivir con determinación



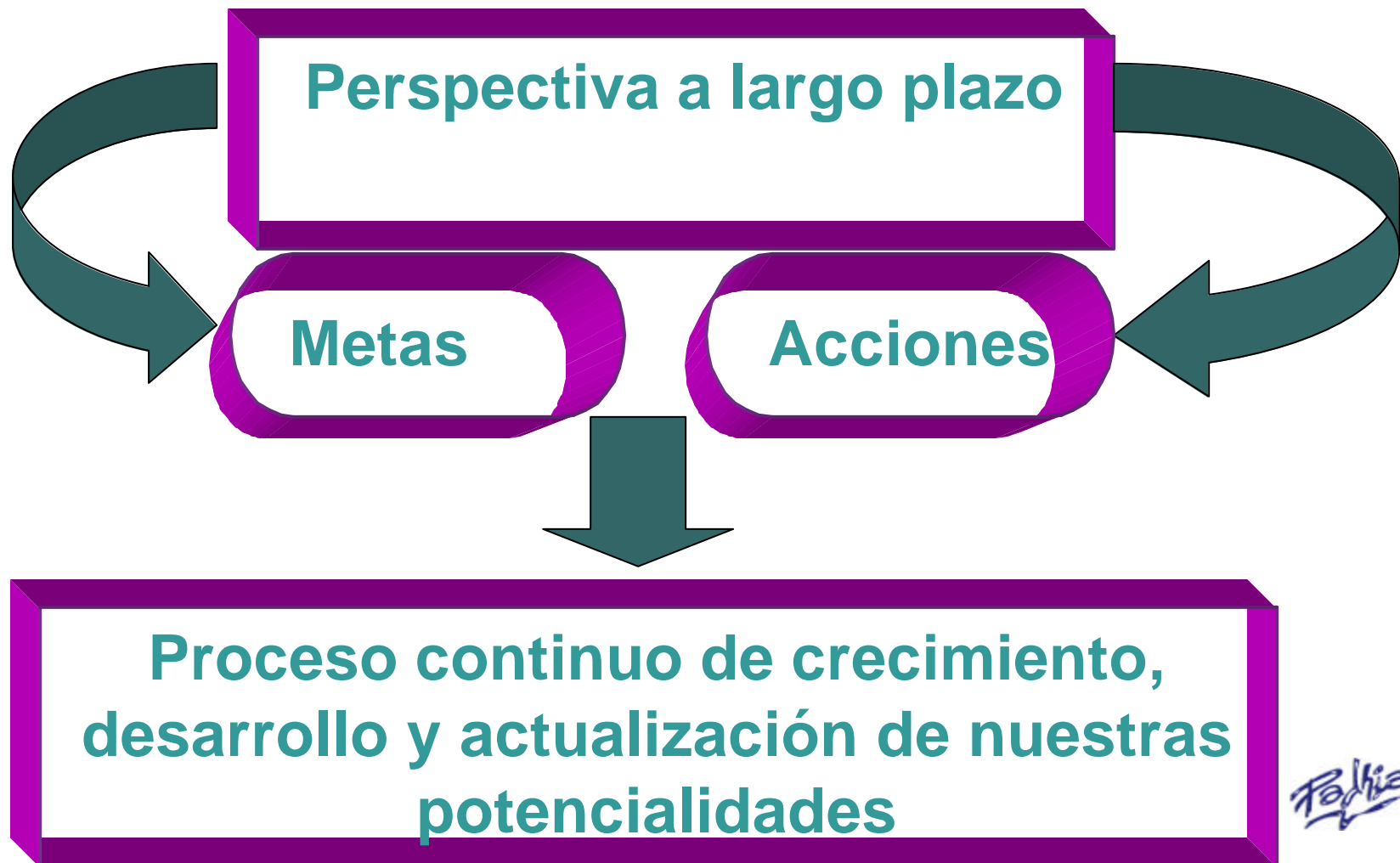
- La práctica de la integridad personal



Robbie

PLANEAR TU VIDA Y TU CARRERA

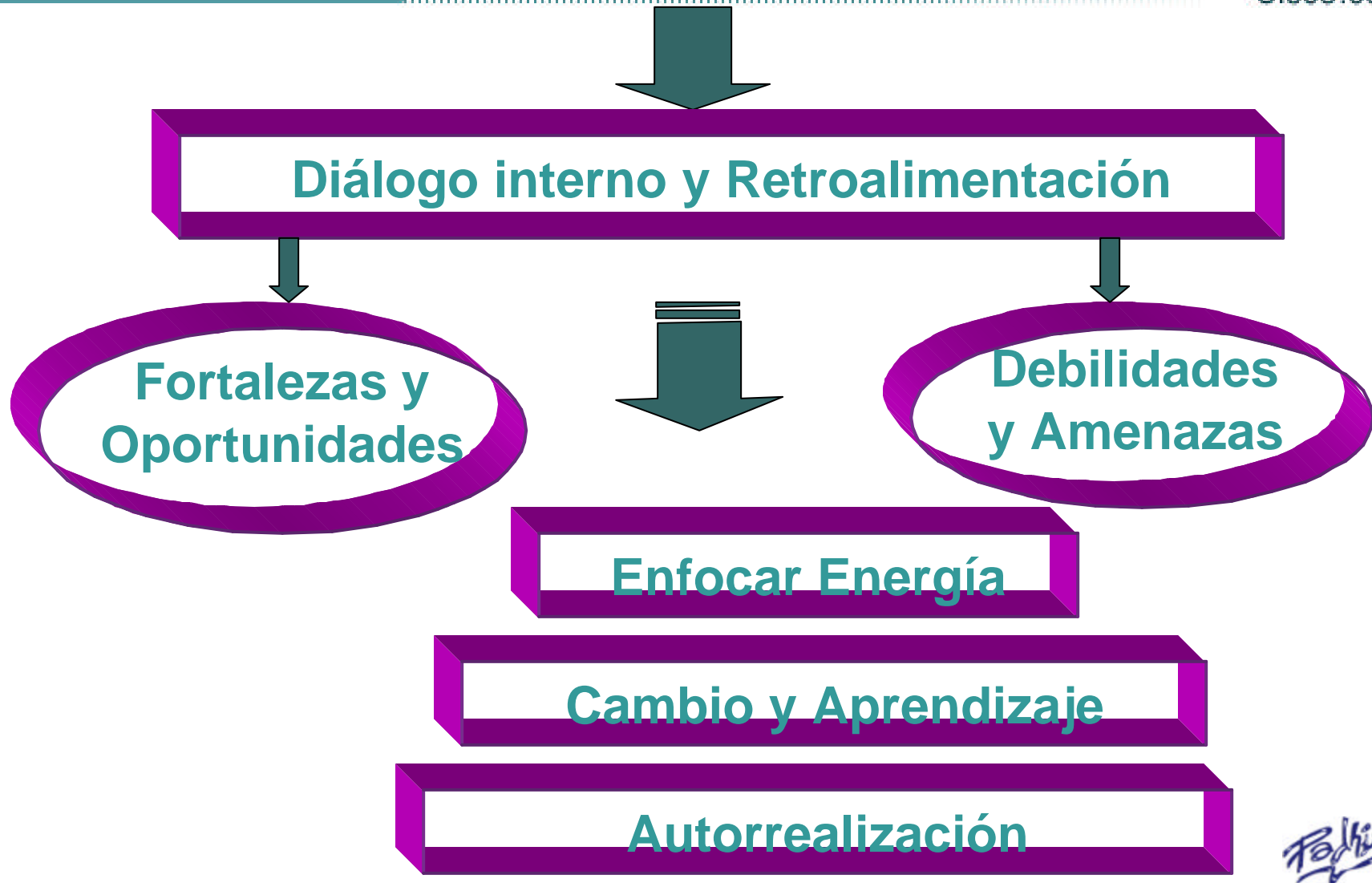
Cisco.com



Polite

AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOACEPTACIÓN

Cisco.com



Polite

PLANEAR, es traer el futuro al presente, para poder hacer algo con él ahora.

PLANEAR TU VIDA, es realizar acciones concretas, para alcanzar tus metas y así lograr tu autorrealización.

LAS METAS, son motivadores que marcan un propósito en la vida de la persona y ayudan a seleccionar acciones, que uno está dispuesto a emprender, para realizarlas y realizarse a sí mismo.



TUS VALORES, definen lo que es importante para ti en la vida. Señalan lo que tiene máxima prioridad, impulsan a la persona a la acción, a la toma de decisiones y al avance hacia las metas.



A stylized, handwritten-style logo for "Rockie" in a dark blue color.

Planear tu carrera, es definir en congruencia con tu plan de vida, la orientación que le darás a tu vida profesional, para así definir tus objetivos de trabajo y aprovechar las oportunidades de crecimiento y desarrollo.

*Rockie*

IDENTIFICANDO MI MERCADO LABORAL

Cisco.com

- Giro de la empresa
- Tamaño de empresa
- Fábrica u Oficinas
- Sector Público o Sector Privado
- Con fines de lucro, sin fines de lucro



For the

- Con qué tipo de gente te gustaría trabajar
- Ambiente formal o informal
- Nivel educativo
- Nivel cultural
- Tipo de oficinas
- Posibilidad de cambiar de residencia



- Con directrices rígidas o contar con libertad de actuación.
- Trabajar bajo presión cumpliendo objetivos y retos o con poca presión.
- Trabajo en equipo o trabajo individual.
- Rutinario o creativo.



- Dentro de oficina o en la calle.
- Viajar frecuentemente, esporádicamente o no viajar .
- Prestigio, dinero o ambos.



Rockie

CURRICULUM VITAE

Cisco.com

Es el documento que refleja de manera breve, concisa, precisa y atractiva quién eres y sobre todo qué beneficios puedes aportar a la organización

Objetivo

Conseguir una entrevista

Encabezado,
Objetivo Profesional
Antecedentes laborales,
Experiencia Profesional
Cursos, Idiomas, Computación
Información Adicional

Contenido

Rockie

TIPS PARA ELABORAR UN BUEN CURRÍCULUM

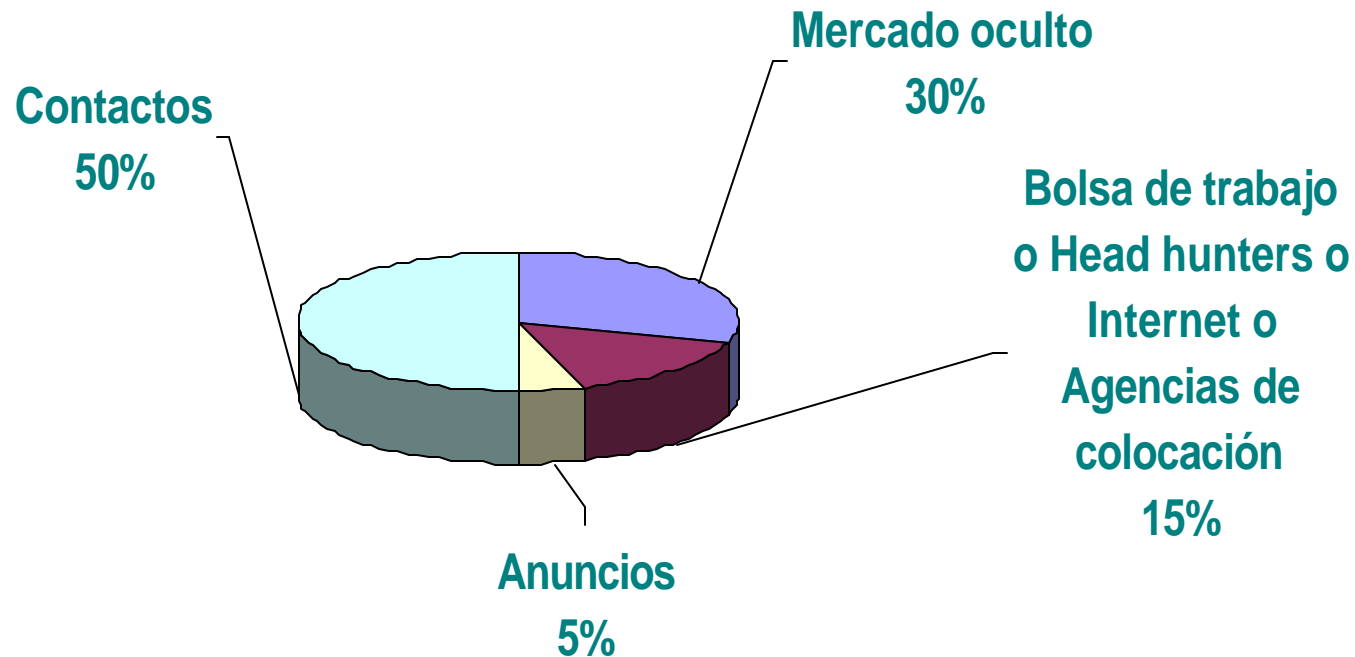
Cisco.com

- Hojas de tamaño carta.
- Papel de buena calidad blanco o de colores neutros.
- Escrito en computadora.
- Preciso y conciso.
- Verídico.
- Utilizar frases cortas, pero no ser telegráfico.
- Lenguaje simple.



MEDIOS PARA ENCONTRAR TRABAJO

Cisco.com



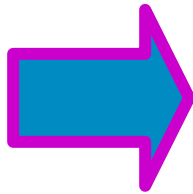
For the

“Nunca tenemos una segunda oportunidad para crear una buena primera impresión”



Rockie

**Tu imagen
comunica**



- Autoestima
- Estados de ánimo
- Nivel cultural-educacional
- Personalidad
- Seguridad en ti mismo
- Confianza
- Respeto por ti mismo
- Respeto por los demás
- Éxito

Rockie

Axiomas de la Imagen

Cisco.com

Axioma 1

☐ Es inevitable tener una imagen.

Axioma 2

☐ El 83% de las decisiones las hacemos por los ojos.

Axioma 3

☐ El proceso cerebral que decodifica los estímulos toma unos cuantos segundos.

Axioma 4

☐ La mente decide mayoritariamente basada en sentimientos.



Axioma 5

- ☐ La imagen es dinámica.

Axioma 6

- ☐ La creación de una imagen debe respetar la esencia del emisor.

Axioma 7

- ☐ La imagen siempre es relativa.

Axioma 8

- ☐ El proceso de creación de una imagen es racional por lo que requiere de una metodología.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Rafael'.

Axioma 9

☐ La eficiencia de una imagen irá en la relación directa a la coherencia de los estímulos que la causen.

Axioma 10

☐ Siempre tomará más tiempo y será más difícil reconstruir una imagen que construirla desde el origen.

Axioma 11

☐ A mejor imagen mayor poder de influencia.

Axioma 12

☐ La imagen de titularidad permea en la institución.

TIPOS DE IMAGEN

Cisco.com

- ☐ La imagen física
- ☐ La imagen profesional
- ☐ La imagen verbal
- ☐ La imagen visual
- ☐ La imagen audiovisual
- ☐ La imagen ambiental



CLASIFICACIÓN DE ESTILOS

Cisco.com

De acuerdo con las teorías de Parente & Parsons existen siete estilos de hombres, mujeres o instituciones:

- El Estilo Casual
- El Estilo Tradicional
- El Estilo Elegante
- El Estilo Romántico
- El Estilo Creativo
- El Estilo Seductor
- El Estilo Dramático



ERRORES MÁS COMUNES DE LOS HOMBRES

Cisco.com

AL VESTIR PARA EL TRABAJO

- Zapatos desgastados o no boleados
- Usar joyería como cadenas, pulseras, aretes
- Calcetines blancos con traje
- Botas con traje
- Pantalones apretados
- Cinturón con hebillas grandes
- Cabello largo
- Desfajado

A stylized, handwritten-style logo in blue ink, possibly reading "Rockie" or similar, located in the bottom right corner of the slide.

- Camisa de manga corta con traje
- Usar más de 3 colores lisos a la vez
- Calcetines cortos y arrugados
- Demasiado moderno
- Traje arrugado o camisa arrugada
- No usar corbata



- **Usar corbatas de Mickey Mouse o similares**
- **No usar saco**
- **Barba descuidada o no rasurarse**
- **Uñas largas o sucias**
- **Camisas descosidas, sin botones o apretadas**



ERRORES MÁS COMUNES DE LOS MUJERES

Cisco.com

AL VESTIR PARA EL TRABAJO

- Usar demasiada joyería
- Joyería que suene
- Falda demasiado corta
- No usar medias
- Medias delgadas y transparentes con falda de lana
- Zapatos blancos



- **Blusas transparentes**
- **Pantalones de mezclilla o mallones**
- **Ropa brillante**
- **Cabello alborotado**
- **No usar saco**
- **Maquillarse demasiado o no maquillarse**
- **Demasiado moderna**
- **Dejarte bello facial**



- Zapatos más claros que las medias
- No rasurarse o depilarse las piernas
- Uñas sin pintar o mal pintadas
- Colores estridentes en las uñas
- Zapatos desgastados
- Usar bolsa y portafolio



¿CÓMO DAR UNA PRIMERA BUENA IMPRESIÓN?

Cisco.com

Vístete como un profesionalista

- Mujeres con traje sastre, maquilladas, con joyería adecuada, uñas cuidadas, zapatos en buen estado de tacón mediano, con medias, bien peinadas, con bolsa y una carpeta de piel o bien con portafolio.
- Hombres con traje y corbata, zapatos boleados, rasurados, sin joyería, uñas cortas y limpias, cabello corto, con portafolio o carpeta de piel.



- **Puntualidad (15 minutos antes).**
- **Tener libre la mano derecha para saludar.**
- **Saludar con un apretón de manos firme.**
- **Mirar a los ojos.**
- **Respetar el espacio vital .**
- **No mirar indiscretamente a tu alrededor o los papeles del escritorio.**



AGUARDAR PACIENTEMENTE EN LA SALA DE ESPERA

Cisco.com

- Tener una autoimagen clara.
- Sentirnos mentalmente atractivos.
- Seguridad en ti mismo.
- Ser directo.
- Ser honesto.



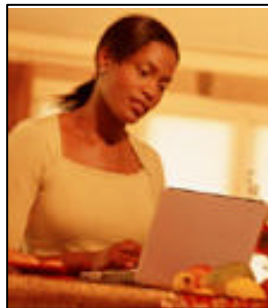
- Sentarte de una manera relajada y no en la orilla de la silla.
- No jugar con las manos o con algún objeto.
- Llevar copias extras de tu currículum.
- Llevar fotografías.



ACTITUD POSITIVA

Cisco.com

Tú sientes del modo que piensas. Cada vez que piensas lo peor, tu cuerpo reacciona como si eso estuviera ocurriendo, te pones tenso, fluye la adrenalina, se acelera el pulso y no tardas en agotarte, en quedarte sin energía.

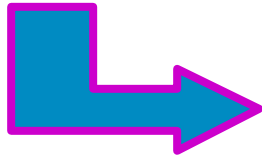


Positive

LA ENTREVISTA

Cisco.com

**Objetivo del
entrevistador**

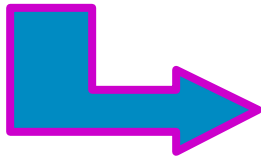


**Saber si eres la persona
adecuada para el puesto
vacante.**

**Verificar datos del
currículum.**

Rollie

Objetivo del entrevistado



Convencer que tú eres el mejor candidato que se adaptará fácilmente, serás una ventaja competitiva para la organización, ahora y en el futuro.

Cambiar la imagen de ser el que “se vende” a ser el que “se compra”.

Saber si el puesto y la empresa son los que buscas

Rockie

ERRORES MÁS FRECUENTES EN UNA ENTREVISTA

Cisco.com

- Llegar demasiado temprano o un minuto tarde. Es preferible que llegues 15 minutos antes y te relajes para entrar a la empresa.
- Sentarte incorrectamente en la sala de espera. Desde ese momento tu imagen es importante.
- Fumar si no estás seguro de que se puede hacer. Pregunta antes de encender un cigarro. Si el entrevistador no fuma, no fumes tú.



- Sentarte en el borde de la silla o tieso como un palo. Siéntate derecho pero relajado.
- Jugar con las manos o con algún objeto. No pongas tus manos juntas porque inconscientemente puedes empezar a jugar con ellas.
- Tutear al entrevistador antes de que él lo haga primero. Espera a que él de la pauta de cómo llevar a cabo la conversación.
- Saludar con la mano demasiado floja o con mano trituradora. Saluda con un apretón firme y mirando a los ojos.



- Responder con monosílabos. Es muy incómodo sacarle la información a alguien con tirabuzón.
- Dar respuestas sobreelaboradas. Duermes al entrevistador. Un máximo de 90 segundos por respuesta.
- Enredarte en algún tipo de discusión. Mantén la calma y se asertivo con tus respuestas.

*For the*

TU TRABAJO ES BUSCAR TRABAJO

Cisco.com

- Invierte mínimo 5 horas diarias.
- Es importante que tengas confianza en ti mismo, persistencia, constancia, orden, determinación, paciencia, curiosidad, optimismo y oídos abiertos.
- Utiliza tus habilidades de planeación, organización, seguimiento y control.



- **Date tiempo para ti mismo. Lee libros interesantes, medita, relájate, ora, juega y diviértete. Esto eleva tu energía y la energía es vital para encontrar trabajo.**
- **Transforma a tus debilidades en fortalezas. Tu preparación debe de ser constante. Toma cursos, lee libros, asiste a conferencias, etc. Mantente actualizado.**



¡GRACIAS!

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Rajiv", with a stylized flourish underneath.