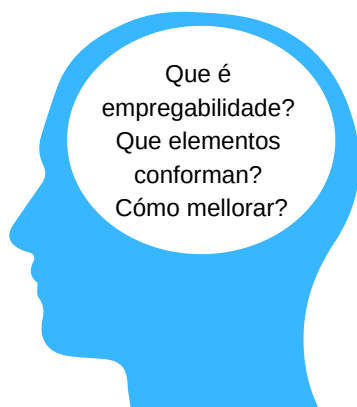


A EMPREGABILIDADE COMO FACTOR DE PROTECCIÓN NA BUSCA DE EMPREGO



QUE É A EMPREGABILIDADE?

É capacidade que temos as persoas de adaptarse, adquirir e por en valor as habilidades, competencias e coñecementos demandados polo mercado laboral, é dicir, é a capacidade que temos de dar resposta as necesidades do mercado laboral.

A empregabilidade está relacionada co noso potencial e coa nosa capacidade de ser atractiv@ para @s empresari@s aos que nos estamos dirixindo.

O mercado laboral actual, afectado pola crise económica, esixe innovación, adaptación e axilidade de movemento e acción.

A día de hoxe, só con ter unha formación sexa FP, carreira ou máster non garante o acceso a un posto de traballo nin marca a diferenza en comparación con outros candidatos, se non que, o que marca a diferenza do noso perfil profesional son os coñecementos, habilidades e competencias adquiridas tanto nas formacións e como nas experiencias profesionais que somos capaces de demostrar.

A nosa empregabilidade nun sector específico estará condicionada por:

- As necesidades implícitas e explícitas do sector dentro do mercado laboral.
- A nosa capacidade de demostrar coñecementos suficientes para realizar as funcións propias do posto específico.
- As habilidades de comunicación para expresar o noso potencial na selección de persoal
- A capacidade de adaptación ás circunstancias do mercado de traballo.
- As habilidades adquiridas ao longo da túa traxectoria vital que aportan valor engadido ao que sabes e podes facer
- A capacidade de mellora continua

ELEMENTOS QUE CONFORMAN A EMPREGABILIDADE

A capacidade de incorporarse ao mercado laboral, é dicir, a empregabilidade, compón diferentes aspectos como:

-A FORMA DE COMO BUSCAMOS TRABALLO: A empregabilidade verase afectada pola cantidade de horas que dediques, as accións que realizas, a frecuencia coa que realizas, a metodoloxía que usa (é dicir, como fas).

Planificar e ter unha estratexia é básico para evitar estar anclad@s na mesma situación. Por exemplo: unha persoa que busca traballo como operario de fábrica, por ter experiencia de fai anos, presenta o seu CV a 6 empresas e agarda desde fai un ano por unha resposta da súa autocandidatura. Esta persoa ten unha empregabilidade baixa incluso con moita formación ou experiencia.

- A CAPACIDADE DE APRENDER: A experiencia profesional é importante e moi apreciada. Non obstante, todos os profesionais comezan sen ela. Neste momento, esta carencia debese complementar con o entusiasmo, capacidade de aprendizaxe e ganas para poñer en práctica os nosos coñecementos adquiridos. Trátase de buscar oportunidades onde por en valor as habilidades transversais adquiridas: habilidades de comunicación, habilidades organizativas, traballo en equipo, resolución de problemas, etc. Saber expresar e demostrar estas habilidades será o que marque a diferenza e aumente a nosa empregabilidade.

-REDE DE CONTACTOS (NETWORKING): A nosa rede de contactos inclúe non só as persoas que teñen os mesmos intereses laborais, senón cantas máis persoas saiban das nosas habilidades e competencias e cal é o noso obxectivo profesional, máis oportunidades xeraremos, xa que se crean sinerxías e información, a partir de estas relacións persoais, de oportunidades laborais que doutro xeito non chegarían a nós.

Ter unha rede de contactos é moi positivo para:

- Ter información actualizada sobre o mercado laboral
- Promover a nosa marca profesional
- Dar visibilidade ao noso perfil profesional

Este elemento obtémolo:

- Tendo un bo discurso sobre quen somos e que buscamos (tendo un obxectivo profesional)
- Participando en accións formativas, charlas, asociacións ...
- A través de redes sociais cun obxectivo profesional como linkedin, facebook ...

- TER UN OBXECTIVO PROFESIONAL.

Este elemento é esencial na nosa empregabilidade.

1. Saber que busco en función do que sei e que podo ser bo, afecta en todo o proceso de busca de emprego. Xa que, unha vez teño claro o posto que quero ocupar:
 - Podo centrarme en buscar as empresas nas que podo autocandidatarme.
 - Podo establecer obxectivos alcanzables durante o proceso
 - Podo centrar a miña formación e habilidades para mellorar o meu CV
 - Podo establecer un discurso (elevator pitch) que me faga diferenciarme doutros candidat@s.

Para iso, debo desenvolver unha estratexia que inclúa respostas ás seguintes preguntas:

- Que actividades realizan as empresas nas que quero traballar? Esta resposta permíteme adaptar as miñas ferramentas de busca de emprego (CV, carta de presentación, discurso na entrevistas de traballo, correos...) a cada empresa que interesame traballar.
- Que funcións podería desempeñar? Porque podería facer? Que teño que me permite realizar estas funcións de forma óptima?
- En que podo contribuír para mellorar a empresa diferentes a otr@s candidat@s?
- Que podo mellorar no meu CV para aumentar o meu potencial?
- Que accións debo facer para darme a coñecer?

Durante o proceso, debes reflexionar sobre:

- A cantas empresas estou chegando? Podo abrir a busca por un algún lado máis?
- Podo aumentar a gama de posibilidades dalgún xeito a través dalgún formación específica?
- Que resultados estou obtendo? Que podo mellorar?

Debemos ter claro que enviar 5 currículos a 5 empresas representa unha pequena posibilidade de inserción, que será aínda menor se este CV non pon en valor o que podo aportar.



Todos estes elementos son aspectos que podemos mellorar durante o proceso de busca de emprego, e a súa adquisición suporá unha maior probabilidade de inserción laboral aumentando as posibilidades de contactar coas empresas e de superar os procesos de selección de persoal.

COMO MELLORAR A MIÑA EMPREGABILIDADE

- Busca foros e asociacións que traballen no teu sector para facer saber que estás en búsqueda de emprego.
- Usa as redes sociais con un enfoque no teu obxectivo profesional: con páxinas e personas relacionadas coa tua busca.
- Busca entre as ofertas do teu sector as habilidades e cualidades máis demandadas e fórmate nelas
- Descubre cales son as palabras chave nas ofertas de traballo que queres ocupar e trata de incluílas no teu curriculum
- Traballa a tua capacidade comunicarse e expresarse. Prepara as entrevistas tanto as presenciais como as por videochamada. Busca o lugar axeitado, practica fronte á cámara e presta atención ó que se ve detrás de ti
- Traballa o teu autoconhecimento. Descubre os teus puntos fortes e débiles. Iso axudarache a atopar onde mellorar e que destacar fronte a outros candidatos. Valora quen eres e o que sabes. O seu CV só é tan bo como eres capaz de expresar e "vender". Aposta por ti mesmo e fai que os demais tamén o fagan.
- Coñece o teu contorno e necesidades. Debemos ter en conta o noso contexto, as súas necesidades e demandas para poder axustarnos e así dar unha resposta adecuada. Debe comprender que necesidades existen, que demandan as empresas e que habilidades son máis necesarias. Analiza o que tes e o que debes mellorar. Buscar xeitos de melloralo.
- Práctica a resiliencia: A crise económica trouxo moitos cambios que afectaron a todo o mercado laboral. A adaptación converteuse en esencial, pero cando as consecuencias afectan as nosas vidas dun xeito tan directo cun paro prolongado, non só falamos de mellorar a nosa capacidade de adaptación senón tamén de resiliencia, entendéndoo como a capacidade de afrontar situacións e circunstancias adversas e dolorosas. É normal frustrarse, cansarse e esgotarse, o que non se recomenda é asumir este papel permanentemente e resignarse por non obter resultados. Comeza cantas veces sexa necesario, mellora, reflexiona, pide axuda, cambia, transforma, aprende e adapta intentando dar a mellor versión de ti mesmo. Fuxe do estancamento. As mesmas accións sen cambios xerarán os mesmos resultados sen cambios.