



Organización
Internacional
del Trabajo

► ¿Cómo elegir mi futura profesión?

Guía detallada para las personas que buscan empleo



Colección
de guías:

“Construir mi futuro
en el trabajo”

► ¿Cómo elegir mi futura profesión?

Guía detallada para las personas que buscan empleo



Copyright © Organización Internacional del Trabajo 2021

Primera edición 2021

Las publicaciones de la Oficina Internacional del Trabajo gozan de la protección de los derechos de propiedad intelectual en virtud del protocolo 2 anexo a la Convención Universal sobre Derecho de Autor. No obstante, ciertos extractos breves de estas publicaciones pueden reproducirse sin autorización, con la condición de que se mencione la fuente. Para obtener los derechos de reproducción o de traducción, deben formularse las correspondientes solicitudes a Publicaciones de la OIT (Derechos de autor y licencias), Oficina Internacional del Trabajo, CH-1211 Ginebra 22, Suiza, o por correo electrónico a rights@ilo.org. solicitudes que serán bien acogidas.

Las bibliotecas, instituciones y otros usuarios registrados ante una organización de derechos de reproducción pueden hacer copias de acuerdo con las licencias que se les hayan expedido con ese fin. En www.ifrro.org puede encontrar la organización de derechos de reproducción de su país.

¿Cómo elegir mi futura profesión? Guía detallada para las personas que buscan empleo

ISBN: 978-92-2-034795-9

ISBN: 978-92-2-034796-6 (Web PDF)

Las denominaciones empleadas, en concordancia con la práctica seguida en las Naciones Unidas, y la forma en que aparecen presentados los datos en las publicaciones de la OIT no implican juicio alguno por parte de la Oficina Internacional del Trabajo sobre la condición jurídica de ninguno de los países, zonas o territorios citados o de sus autoridades, ni respecto de la delimitación de sus fronteras.

La responsabilidad de las opiniones expresadas en los artículos, estudios y otras colaboraciones firmados incumbe exclusivamente a sus autores, y su publicación no significa que la OIT las sancione.

Las referencias a firmas o a procesos o productos comerciales no implican aprobación alguna por la Oficina Internacional del Trabajo, y el hecho de que no se mencionen firmas o procesos o productos comerciales no implica desaprobación alguna.

Para más información sobre las publicaciones y los productos digitales de la OIT, visite nuestro sitio www.ilo.org/publns.

Ilustración de portada: Charlotte Design

Impreso en Suiza

Esta publicación ha sido realizada por el Servicio de Producción, Impresión y Distribución de Documentos y Publicaciones (PRODOC) de la OIT.

Creación gráfica, concepción tipográfica, maquetación y compaginación, impresión, edición electrónica y distribución.

PRODOC vela por la utilización de papel proveniente de bosques gestionados de manera durable y responsable desde el punto de vista medioambiental y social.

Código: CHD-REPRO-DISTR

► ¿Cómo elegir mi futura profesión? Guía detallada para las personas que buscan empleo

En 2015, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. El Objetivo 8 de los ODS se refiere, entre otras cosas, a la movilización mundial para proporcionar a todas las personas trabajo decente. En este contexto, la OIT ha elaborado un Plan de Acción para el Empleo Juvenil de ámbito internacional, que tiene por objeto movilizar todas las energías para que los jóvenes, niñas y niños, construyan un futuro profesional que corresponda a sus aspiraciones.

Esta guía forma parte de las “herramientas” para los jóvenes y para quienes les apoyan, especialmente en los Servicios Públicos de Empleo.

Ésta es la primera guía detallada de la colección “Construir mi futuro en el trabajo”, y posteriormente habrá otros títulos relacionados con técnicas para la búsqueda de empleo, información sobre nuevas profesiones (empleos verdes, empleos digitales), etc.

Si bien esta Guía está concebida fundamentalmente para ayudar a las mujeres y hombres jóvenes a elegir sus futuras profesiones, no está dirigida únicamente a los jóvenes. Elegir una profesión es un paso importante en la transición de la educación al mundo del trabajo, y una decisión importante. Sin embargo, la vida profesional abarca varios decenios, y durante este largo período todos nosotros podemos enfrentarnos a cambios que tal vez nos exijan buscar otro empleo o una nueva profesión. Por consiguiente, todos nosotros debemos desarrollar la habilidad para orientarnos hacia dichos cambios. Esto es incluso más importante hoy en día en vista de la rápida evolución del mundo del trabajo, vinculada con los cambios demográficos, climáticos y tecnológicos. Es bien sabido que algunas profesiones, tal como las conocemos actualmente, probablemente desaparezcan, y que puede que se creen otras nuevas. Todos necesitamos prepararnos para tales cambios y gestionar dichos cambios en nuestras carreras profesionales desarrollando nuestras competencias, aprendiendo continuamente a lo largo de la vida y siendo conscientes de nuevas oportunidades. Por lo tanto, la Guía es importante para todos nosotros. Ayudará a las mujeres y hombres jóvenes, así como a otras personas, a anticipar y encarar los cambios de manera proactiva con el fin de tener un futuro profesional más pleno a lo largo de la vida.

Sra. Sukti DASGUPTA

Jefa del Servicio de Empleo, Mercados de Trabajo y Juventud
Organización Internacional del Trabajo (OIT – Ginebra)

En el siglo XXI, cada vez es menos frecuente realizar la misma actividad profesional durante toda la vida. Todos y cada uno de nosotros tendremos que cuestionarnos nuestras futuras profesiones en varias ocasiones, queramos o no.

Elegir una nueva profesión puede ser una verdadera oportunidad para realizarte plenamente en tu vida profesional, al identificar la actividad que mejor se adaptará a ti, en un entorno que sea tuyo. No se trata de tener sueños descabellados, sino de determinar una profesión realista y alcanzable con respecto al mercado de trabajo, y a tus gustos, habilidades y competencias.

Con independencia de tu edad, esta guía detallada es para ti. Proporciona un método sencillo, adecuado para todos los países, para construir tu proyecto profesional de una manera independiente.

Esta guía no es una herramienta mágica que responderá instantáneamente a las preguntas que puedas tener sobre tu futura profesión. Este proceso exigirá un verdadero trabajo sobre ti mismo/a, inversión, varios días de reflexión, e investigación. Te sugerimos que utilices este documento como un libro de ejercicios personal. Escribe directamente en él. Anota tus ideas, pensamientos, decisiones...

Sin embargo, elegir una profesión no es un proceso solitario. No dudes en pedir opiniones y contribuciones a tus amigos y familiares. Y, ante todo, si te quedas bloqueado/a al utilizar esta guía o en tu reflexión, siempre puedes solicitar asesoramiento a los profesionales del empleo o de la orientación profesional en tu ciudad. Los asesores de los Servicios Públicos de Empleo están ahí para apoyarte. Esta guía también tiene por objeto ayudarles a enriquecer sus "herramientas".

¡ Buena suerte en la construcción de tu futuro!

François DUMORA

Especialista en Servicios de Empleo
Referente para la Orientación Profesional

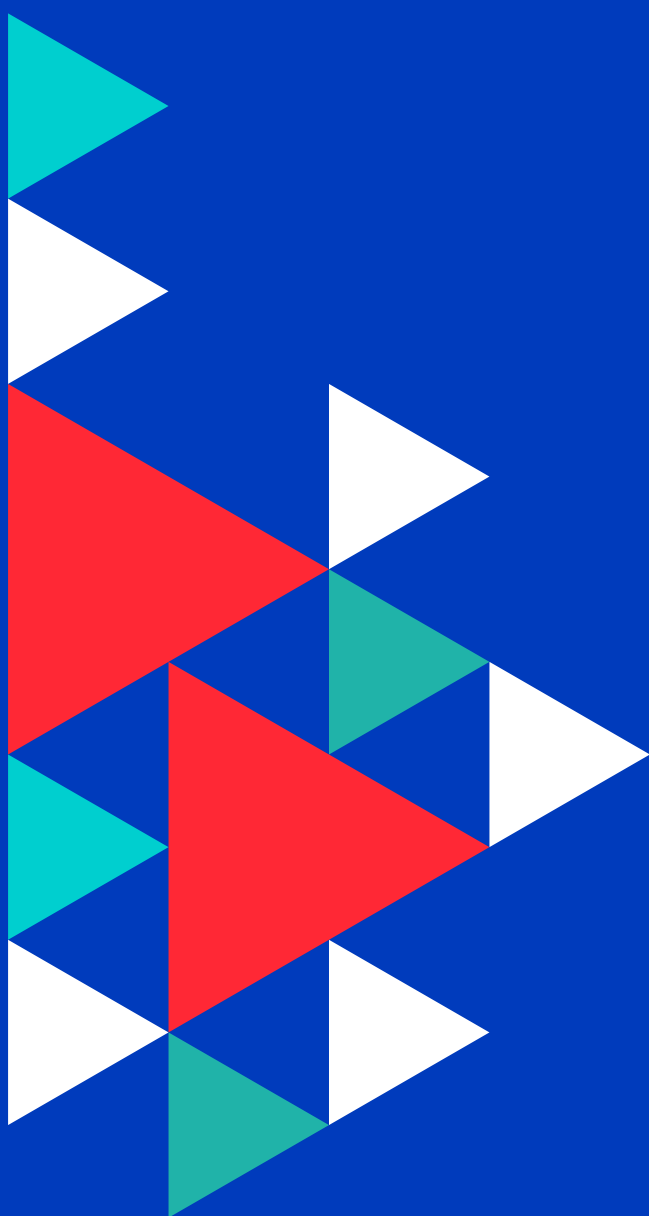
Organización Internacional del Trabajo - GINEBRA - 2021

Las cuatro etapas del viaje:



► Índice

¿Cómo elegir mi futura profesión? Guía detallada para las personas que buscan empleo	iii
Introducción	iv
1 Conocerme mejor	1
1-1: Mis competencias técnicas	2
1-2: Mis competencias sociales y transversales	3
1-3: ¿Qué es importante para mí?	5
1-4: Mis limitaciones	6
2 Descubrir profesiones	7
2-1: Ideas de trabajo partiendo de mi retrato profesional	8
2-2: Ideas de trabajo de ámbitos profesionales	9
2-3: Ideas de trabajo provenientes de centros de interés	10
2-4: Futuro del trabajo	11
2-5: Clasifica y prioriza tus ideas	12
3 Elegir mi futura profesión	13
3-1: Investigación documental	14
3-2: Encuestas a profesionales	15
3-3: El momento de la decisión	16
4 Elaborar mi propia estrategia	17
4-1: Las etapas del plan de acción	18
4-2: Formalizar el plan de acción	19
¡Enhorabuena!	21





1 Conocerme mejor

▀▀ Aprendo a identificar mis intereses, mis puntos fuertes, mis expectativas, mis competencias, mis valores, mis limitaciones, mis preferencias y prioridades, desde un punto de vista profesional



Arquitecto

► 1-1 : Mis competencias técnicas

¿De qué estamos hablando?

- A lo largo de nuestras vidas continuamos aprendiendo: en la escuela, en actividades de formación, en los negocios, con la familia, con los amigos ... Nuestras experiencias profesionales son momentos muy fructíferos de aprendizaje acelerado que enriquecen quienes somos. Aquí tratarás de hacer una lista de las principales competencias técnicas que has adquirido.
- Una competencia técnica son los conocimientos técnicos y el control de un método o la utilización de maquinaria específica de naturaleza tecnológica, adquiridos en un ámbito especializado. Estos conocimientos técnicos se basan en la experiencia y los conocimientos teóricos prácticos y técnicos.
- Si ahora quieres cambiar de trabajo, tal vez pienses que no merece la pena enumerar puntos de tus antiguas experiencias. Sin embargo, es esencial, porque muchas competencias adquiridas son transferibles a profesiones que pueden parecer muy lejanas.

Ejemplos :

- Instalar una ventana
- Comprar al mejor precio
- Poner extensiones de cabello
- Leer un mapa meteorológico ...



Teleconsultor

Tu lista ...

► 1-2 : Mis competencias sociales y transversales

¿De qué estamos hablando?

- Una competencia social es la capacidad para comunicarse e interactuar de una manera positiva con las personas que te rodean (relaciones laborales, familiares ...)
- Una competencia transversal puede utilizarse con independencia del sector de actividad o de la profesión. Por lo general se toman en consideración 14 competencias (véase la definición en la página siguiente):

Adaptabilidad	Habilidades organizativas
Gestión del estrés	Rigor
Trabajo en equipo	Formular propuestas
Capacidad para reunir a las personas	Curiosidad
Habilidades de comunicación	Determinación
Autonomía	Dar un paso atrás
Capacidad para tomar decisiones	Capacidad de reacción

► El 60 % de los empleadores piensa que las competencias transversales son más importantes que las competencias técnicas.

Las tres competencias más valoradas:

- Habilidad para organizar y priorizar las tareas
- Adaptabilidad
- Autonomía

Ejemplos de competencias sociales:

- Negociar
- Argumentar
- Gestionar las situaciones difíciles ...

Tu lista ...



Alfarero

► Definiciones de las competencias transversales

► Adaptabilidad:

Habilidad para adaptarse a diversas situaciones, así como a las organizaciones, grupos de trabajo, costumbres y valores específicos de la empresa.

► Gestión del estrés:

Habilidad para mantener el autocontrol y para actuar efectivamente en situaciones irritantes, imprevistas o estresantes.

► Trabajo en equipo:

Habilidad para trabajar y coordinarse con otros en la empresa con confianza y transparencia a fin de alcanzar objetivos establecidos.

► Capacidad para reunir a las personas

Habilidad para movilizar a un equipo / interlocutores y para impartirles formación con miras a la consecución de un objetivo común.

► Habilidades de comunicación:

Habilidad para transmitir claramente información, intercambiar, escuchar activamente, recibir información y mensajes, y tener una mentalidad abierta.

► Autonomía:

Habilidad para hacerse cargo de la actividad propia sin necesidad de supervisión continua.

► Capacidad para tomar decisiones:

Habilidad para tomar decisiones con miras a actuar, para hacerse cargo de la actividad propia y para rendir cuentas.

► Habilidades organizativas:

Habilidad para planificar, establecer prioridades, anticipar acciones teniendo en cuenta los medios, los recursos y los objetivos, y elaborar un plan para la consecución de estos últimos.

► Rigor

Habilidad para realizar tareas siguiendo debidamente las normas, los procedimientos y las instrucciones que se han proporcionado sin cometer errores, y para transmitir la información de una manera adecuada.

► Formulación de propuestas:

Habilidad para iniciar e imaginar nuevas propuestas a fin de resolver los problemas detectados o de mejorar una situación. Ser proactivo.

► Curiosidad:

Habilidad para ir más allá de lo que tenemos ante nosotros, para abrirse a las novedades, y para investigar a fin de comprender y actuar de una manera apropiada.

► Determinación:

Habilidad para mantener un esfuerzo hasta la finalización de una tarea, con independencia de los imprevistos o de los obstáculos que puedan surgir.

► Dar un paso atrás:

Habilidad para mostrar objetividad, para tomar distancia a fin de analizar los hechos, las situaciones y las interacciones antes de actuar o de tomar una decisión.

► Capacidad de reacción:

Habilidad para reaccionar rápidamente a eventos imprevistos, priorizando acciones según su grado de urgencia o su importancia.

► 1-3 : ¿Qué es importante para mí?

¿De qué estamos hablando?

¿Cuáles son las principales características de tus preferencias profesionales? El entorno ideal en el que te imaginas trabajando es una combinación de intereses, valores y entorno de trabajo.

► Algunos ejemplos para apoyar tu reflexión e identificar tus preferencias:

- | | | |
|-------------------|----------------------------|----------------------|
| ✓ Autonomía | ✓ Calma | ✓ Flexibilidad |
| ✓ Posición | ✓ Diversidad | ✓ Evolución |
| ✓ Poder | ✓ Tiempo libre | ✓ Calma |
| ✓ Prestigio | ✓ Estimulación intelectual | ✓ Innovación |
| ✓ Solidaridad | ✓ Equidad | ✓ Cambios |
| ✓ Seguridad | ✓ Confianza | ✓ Estabilidad |
| ✓ Competencia | ✓ Viajes | ✓ Horario de trabajo |
| ✓ Remuneración | ✓ Altruismo | ✓ Intensidad |
| ✓ Libertad | ✓ Promociones | ✓ Confianza |
| ✓ Independencia | ✓ Seriedad | ✓ Estructuración |
| ✓ Equipo | ✓ Rigor | ✓ Accesibilidad |
| ✓ Atmósfera | ✓ Creatividad | ✓ Hogar |
| ✓ Responsabilidad | ✓ Al aire libre | |

Tu lista ...



Agente inmobiliario

► 1-4 : Mis limitaciones

¿De qué estamos hablando?

Antes de decidirte por una profesión, es esencial identificar tus propias limitaciones a fin de compararlas con las condiciones de trabajo de las diversas profesiones contempladas. Cuatro categorías de limitaciones: movilidad, salud, familia, horario de trabajo y días de trabajo

Horario de trabajo y días de trabajo	Movilidad – capacidad para desplazarme
☐ No puedo considerar trabajar solo por la noche	☐ No puedo considerar trabajar en mi barrio
☐ No puedo considerar realizar trabajo nocturno	☐ No puedo considerar trabajar por toda la ciudad
☐ No puedo considerar trabajar durante el día	☐ No puedo considerar trabajar en un lugar que esté a más de una hora de distancia de mi casa
☐ No puedo considerar trabajar en un equipo (3 x 8) con cambios de equipo según los horarios	☐ No puedo considerar trabajar lejos de mi casa y no regresar a mi casa cada noche
☐ No puedo considerar trabajar cada sábado	☐ No puedo considerar mudarme para encontrar un empleo
☐ No puedo considerar trabajar cada domingo	☐ No puedo considerar trabajar en otro país
☐ No puedo considerar trabajar cada dos fines de semana	☐ No tengo ninguna solución de transporte (personal o público)
☐ No puedo considerar trabajar todos los fines de semana	☐ No tengo una licencia de conducir
Salud y postura	Familia – niños y familiares a cargo
☐ No puedo considerar trabajar de pie todo el día	☐ No tengo ninguna solución para llevar a mis hijos a la escuela si trabajo al mismo tiempo
☐ No puedo considerar trabajar de pie durante varias horas	☐ No tengo ninguna solución para el cuidado de mis hijos cuando estoy en el trabajo
☐ No puedo considerar trabajar sentado todo el día	☐ Si cuido de una persona dependiente en mi hogar (una persona mayor o discapacitada), no tengo ninguna solución para que alguien me reemplace cuando estoy en el trabajo
☐ No puedo considerar trabajar sentado durante varias horas	
☐ No puedo considerar trabajar con gestos repetitivos	
☐ No puedo considerar trabajar delante de una pantalla	
☐ No puedo considerar transportar cargas pesadas	
☐ No puedo considerar trabajar en alturas	
☐ No puedo considerar trabajar al aire libre, expuesto al frío / al calor	



2 Descubrir profesiones

El mundo profesional no se limita a las pocas profesiones que te rodean: en la familia, con los vecinos, con los amigos, en los medios de comunicación o en las redes sociales...

¡Abre tus horizontes! Existen más de 530 tipos de profesiones y más de 10 000 cargos. ¡Descúbrelos!



Acróbata

► 2-1 : Ideas de trabajo partiendo de mi retrato profesional

¿De qué estamos hablando?

- Las páginas anteriores de esta guía te han servido de orientación al hacer tu retrato profesional: competencias, valores, áreas de interés, limitaciones....
- Inspirándote en ese retrato, imagina y escribe todas las nuevas ideas que te vienen a la mente. Incluso cuando algunas ideas te parezcan absurdas o irrealistas, no descartes ninguna de ellas por ahora.
- Haz lo mismo con quienes están alrededor tuyo. Muestra tu retrato profesional a varias personas de confianza, familiares o amigos, y pregúntales: "Al leer este retrato, en qué ideas de carrera piensas? No te limites. Dime lo que te venga a la mente".



Tu lista ...

► 2-2 : Ideas de trabajo de ámbitos profesionales

¿De qué estamos hablando?

- Las actividades económicas y las profesiones pueden clasificarse en ámbitos específicos, cuyo número varía en función del nivel de detalle elegido. A continuación figura una lista de 32 ámbitos.
- De esta lista, solo y con quienes te rodean, enumera las ideas de trabajo que puedes considerar interesantes.

✓ Agricultura	✓ Derecho	✓ Digital - multimedia - audiovisual
✓ Industria alimentaria	✓ Publicación - impresión - libros	✓ Salud
✓ Animales	✓ IT - electrónica	✓ Ciencias - matemáticas - física
✓ Arquitectura - diseño de interior	✓ Educación - formación	✓ Secretariado - recepción
✓ Artesanía	✓ Medio ambiente	✓ Social - Servicios personales
✓ Banca - finanzas - seguros	✓ Dirección - auditoría - recursos humanos	✓ Cuidado de la belleza - peluquería
✓ Construcción	✓ Industria hotelera - restauración - turismo	✓ Deporte - Entretenimiento
✓ Biología - química	✓ Humanitario	✓ Logística - transporte
✓ Comercio - inmobiliaria	✓ Industria - materiales	✓ Plataformas de servicios de Internet
✓ Comunicación - información	✓ Letras - ciencias humanas	
✓ Cultura - Espectáculos	✓ Mecánico - mantenimiento	
✓ Defensa - seguridad - rescate		

Tu lista ...

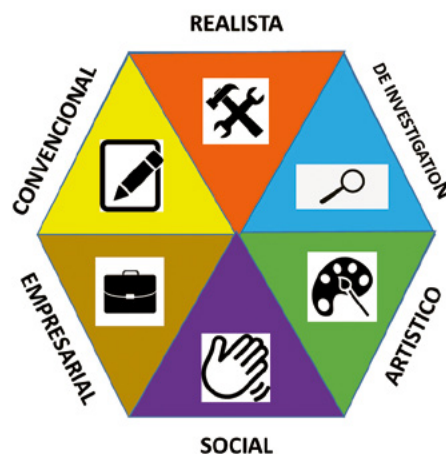
► 2-3 : Ideas de trabajo provenientes de centros de interés

Según el psicólogo Jean HOLLAND, el interés motiva a la persona a invertir para experimentar bienestar y satisfacción. Sus estudios muestran que cada persona tiene intereses dominantes relacionados con su personalidad. Identificó 6 tipos principales de intereses profesionales que cubren todas las profesiones existentes.

Trata de identificar tus intereses dominantes apoyándote en las definiciones que figuran a continuación. También encontrarás cargos que pueden orientarte hacia otras ideas.

Tipos de intereses	Definiciones e ideas de trabajo
REALISTA	Utilidad, simplicidad. Atracción hacia actividades manuales concretas. Ej.: conductor de camiones, mecánico, agricultor, oficios de la construcción, tapicero, ebanista, modista, cocinero, pescador, técnico dental...
DE INVESTIGACIÓN	De mentalidad abierta, curioso, le gusta estudiar. Observa y experimenta para comprender. Ej.: biólogo, ingeniero, geólogo, asistente de laboratorio, bibliotecario, informático
ARTÍSTICO	Intuitivo, original. Expresa emociones a través del habla, las artes, la escritura. Ej.: Músico, diseñador de interior, diseñador de moda, artesano, fotógrafo, peluquero, sastre, escultor...
SOCIAL	Sensible a los problemas de los demás. Se centra en ayudar, educar y tratar. Ej.: Docente, cuidador, educador, asesor de empleo, bombero, entrenador, instructor, trabajador social...
EMPRESARIAL	Busca dirigir o influir a los demás. Energético y ambicioso. Ej.: gerente de una empresa, abogado, vendedor, creador de una empresa, director de equipo, cocinero...
CONVENCIONAL	Meticuloso, diligente, amante del orden, trabajo administrativo. Ej.: secretario, contable, bibliotecario, funcionario de aduanas, programador informático, director de recursos humanos...

Tu lista ...



► 2-4 : Futuro del trabajo

¿De qué estamos hablando?

- Mientras buscas ideas de carrera, te sugerimos que incorpores a tus pensamientos elementos sobre el futuro del trabajo. El mundo del empleo está cambiando. Hay trabajos que están desapareciendo, y se están creando otros nuevos para responder a los cambios en nuestro planeta:
 - Crecimiento demográfico en los países meridionales
 - Envejecimiento de la población en los países septentrionales
 - Calentamiento del planeta
 - Agotamiento de los recursos naturales
 - Búsqueda de nuevas energías no contaminantes y sostenibles
 - Digitalización de todos los aspectos de la economía...
- Para continuar tu búsqueda de ideas de carrera, te sugerimos que hagas búsquedas en Internet sobre los cuatro sectores principales que figuran a continuación.

► Economía digital



► Economía azul



► Economía del cuidado



► Economía verde



► 2-5 Clasifica y prioriza tus ideas

¿De qué estamos hablando?

- Reúne en una sola lista todas las profesiones en las que has pensado
- Para cada una de las profesiones enumeradas, pregúntate por su compatibilidad con tu retrato profesional, en particular con respecto a tus limitaciones personales.
- Con las profesiones restantes, establece una clasificación de tus Cinco mejores profesiones

Mi lista de profesiones	Compatibilidad con mi retrato personal sí/no

Cinco mejores profesiones



3 Elegir mi futura profesión

▀▀ Todas las profesiones tienen aspectos positivos y negativos. Desde fuera, tendemos a idealizarlas o, por el contrario, sólo vemos sus aspectos negativos. Así pues, es esencial investigar cada posibilidad de empleo a fin de tomar decisiones con conocimiento de causa.

▀▀ Investigación documental y encuestas a profesionales



Operador de grúa

► 3-1 Investigación documental

¿De qué estamos hablando?

La información sobre las ocupaciones constituye una base documental más o menos rica dependiendo del país; sin embargo, con Internet, todas estas fuentes desmaterializadas pueden compartirse con todos y ser accesibles para todos. Verifica con los servicios de empleo de tu país cómo acceder a esta información a nivel local.

Diferentes fuentes de información :

- ❑ **Catálogos de oficios y empleos :** a menudo elaborados por ministerios de trabajo o por oficinas públicas de empleo, estos catálogos identifican las principales profesiones existentes. También puedes consultar la *Clasificación Internacional Uniforme de Ocupaciones* de la OIT <https://www.ilo.org/public/spanish/bureau/stat/isco/index.htm>
- ❑ **Fichas descriptivas sobre los sectores y los trabajos :** Sa menudo producidas por las organizaciones encargadas de la formación profesional de los escolares, estas fichas describen los empleos poniendo énfasis en el curso de formación inicial requerido para lograr esto.
- ❑ **Información sobre el mercado de trabajo :** Sitios web orientados a presentar una declaración de la oferta y demanda de empleo para cada sector u oficio según las zonas geográficas.
- ❑ **Sitios web sobre los puestos vacantes :** públicos o privados, estos sitios web te permiten tener una visión inmediata y real del volumen de puestos de trabajo vacantes en una profesión en la zona geográfica que te interesa. Consultar las ofertas actuales te permite conocer el tipo de contratos ofrecidos; las expectativas de los empleadores en términos de diplomas, competencias y experiencia, y la remuneración ofrecida.

¿Qué información debo buscar?

- Formación necesaria y condiciones de acceso
- Situación del mercado de trabajo
- Condiciones de trabajo
- Actividades principales
- Métodos de contratación



Abogado

► 3-2 Encuestas a profesionales

¿De qué estamos hablando?

La realización de encuestas a profesionales es fundamental. Es la única manera que te permitirá enfrentarte a las realidades de las empresas para tomar las decisiones pertinentes. Lo ideal es encuestar a 2 o 3 profesionales para cada trayectoria profesional. Este tiempo de investigación será una gran inversión.

¿Qué preguntas formular?

- ¿Puedes describirme un día de trabajo? ¿Cuáles son las principales actividades?
- ¿Tus condiciones de trabajo? (ritmo, horarios ...)
- ¿Qué es lo que más te gusta?
- ¿Qué es lo que menos te gusta?
- ¿Las competencias y conocimientos necesarios para este empleo?
- ¿Consejos para alguien que quiera dedicarse a esta profesión hoy en día?
- ¿Me puedes orientar a colegas que también estarían dispuestos a contestar a mis preguntas?



Cocinero

► 3-3 : El momento de la decisión

¿De qué estamos hablando?

Tras haber realizado tu retrato profesional, haber descubierto profesiones y haber investigado estas profesiones, tienes todos los elementos para tomar tu decisión. Se trata de determinar la profesión que mejor se adaptará a tu perfil, tu entorno y tus aspiraciones. A continuación figura un cuadro de apoyo.

Este empleo es compatible con: Sí / NO	E1	E2	E3	E4	E5
Título del puesto					
Mi nivel de educación. Tengo el nivel suficiente para incorporarme a la formación					
Mis competencias y conocimientos adquiridos : ...					
Mis intereses					
Mis valores : ...					
Mis preferencias : ...					
Mis limitaciones : ...					
El mercado de trabajo para esta profesión es: favorable/ equilibrado / difícil					
Salario promedio para este empleo					
Mi clasificación final					



4 Elaborar mi propia estrategia

Tras reflexionar profundamente, investigar y establecer un orden de prioridades, has identificado tu futura profesión. Éste es tu proyecto profesional.

Aquí te proporcionamos asesoramiento para que hagas realidad tu proyecto, es decir, para que practiques tu profesión elegida en un futuro cercano.



Peluquero

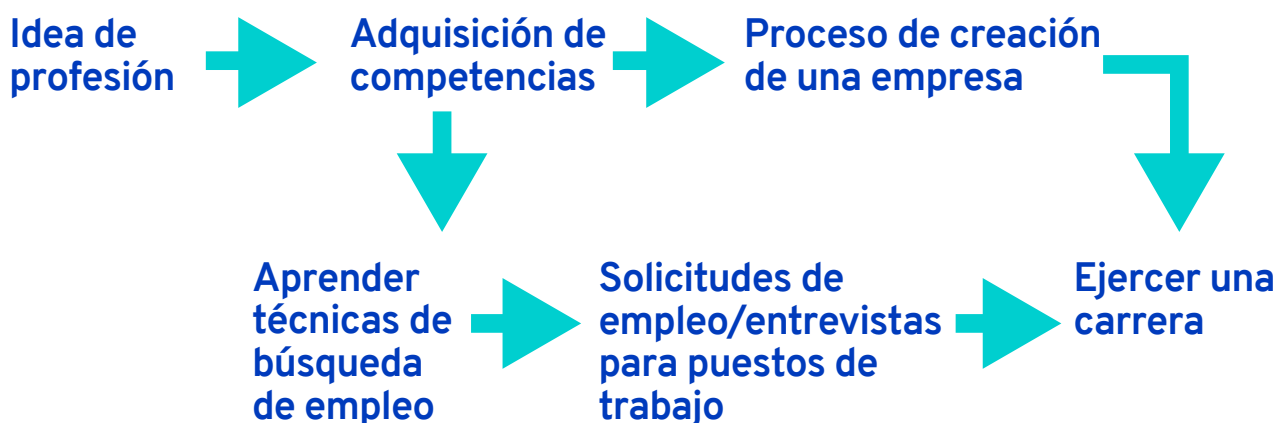
► 4-1 : Las etapas del plan de acción

¿De qué estamos hablando?

Dependiendo de la profesión que hayas elegido, las acciones que debes emprender pueden seguir dos trayectorias diferentes:

- Se trata de crear tu propia actividad como trabajador independiente: existen estructuras y guías para ayudarte en las etapas de creación de una empresa.
- Se trata de un trabajo asalariado: entonces es preciso elaborar una estrategia para la búsqueda de empleo.

Inicialmente, al ser un nuevo trabajo para ti, probablemente sea necesario adquirir nuevas competencias recibiendo formación.



Utiliza el cuadro que figura en la página siguiente para formalizar los pasos de tu plan de acción y atenerte a él



Bombero

► 4-2 : Formalizar el plan de acción

Acciones	Plazo	¿Con quién, dónde, cómo?	¿Ejecutadas?	
			S/N	Acción correctiva
Presentar mi proyecto a quienes me rodean				
Presentar mi proyecto a las personas y organizaciones que me pueden aconsejar o ayudar				
Identificar las competencias que me faltan				
Elaborar mi proyecto de formación (* asesoramiento en la página siguiente)				
Hallar financiación para mi formación				
Realizar mi(s) curso(s) de formación y obtener mi(s) diploma(s)				
Preparar un CV adaptado a mi proyecto				
Elegir empresas y determinar mi estrategia de búsqueda de empleo				
Superar cualquier obstáculo				
Presentar solicitudes espontáneas				
Utilizar las redes sociales sabiamente				
Prepararme para las entrevistas de trabajo				
Prepararme para mi llegada a la empresa y para los primeros días en mi nuevo cargo				

4-21 / Mi proyecto de formación

► ¿Necesito un diploma o un título profesional para practicar mi futuro empleo?

☐ SI

☐ NO

► ¿Qué competencias me faltan para ejercer mi futura profesión?

☐ ,

☐ ,

☐ ,

► Identifico algunas soluciones de formación:

☐ Alternativamente

☐ Presenciales

☐ A distancia... ..



► Identifico algunas organizaciones de formación y me pongo en contacto con ellas:

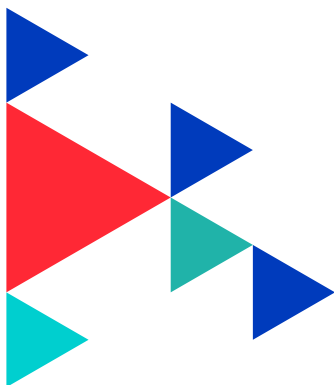
	Centro de formación núm. 1	Centro de formación núm. 2	Centro de formación núm. 3
Nombre del centro de formación			
Título del curso			
Tipo de validación o de diploma			
Lugar o ciudad			
Duración			
Fecha de inicio			
Condiciones de selección			
Costo de la formación			
Soluciones financieras			

Ten en cuenta que existen plataformas de formación gratuitas en Internet. Ejemplos: [coursera.org](https://www.coursera.org)

¡Enhorabuena!

▀▀ Has seguido los cuatro pasos necesarios para elegir tu futura profesión, por lo que has podido definir tu proyecto profesional.

▀▀ Estás entrando en la fase de puesta en práctica. Esta fase será más o menos larga dependiendo de tu proyecto. Nuestro último consejo: no estés solo/a. Existen varias organizaciones en tu entorno para guiarte y asesorarte. Pide consejo y apoyo asimismo a las personas que te rodean.



▀▀ En tu vida profesional, es muy importante crear y mantener una red. La creación de redes puede tener una imagen negativa que hace pensar a las personas que están utilizando el clientelismo. Sin embargo, es esencial para mantenerte informado/a sobre las novedades en tu industria y para seguir el ritmo del mundo del trabajo.

▀▀ El enfoque que acabas de adoptar puede reproducirse con la frecuencia que sea necesaria. En otros momentos en tu carrera, podrás movilizarlo de nuevo, actualizando tu retrato y ampliando tu investigación.

Otros materiales en español que puedes consultar para elegir tu profesión:

- ✓ El observatorio des las ocupaciones del SEPE (Espana)
Información mensual/anual de mercado de trabajo por ocupación | Servicio público de empleo estatal (sepe.es)
- ✓ Aplicativos Web del SOVIO - Servicio de Orientacion Vocacional é Informacion Ocupacional (Peru)
Aplicativos Web del Sovio | Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo
- ✓ Guia para la orientacion vocacional y el empleo del Gobierno de Panama
Guía para la Orientación Vocacional y el Empleo - Ministerio de Trabajo y Desarrollo Laboral (mitradel.gob.pa)
- ✓ Guia interactiva de profesiones del Servicio Navarro de empleo
Guía Interactiva de Profesiones. Inicio - navarra.es



Gracias a todos los que han contribuido a la elaboración de esta guía, en particular:

► En la OIT :

- Khaled AL-QUDAJ, de la Oficina de Beirut
- Pedro MORENO DA FONSECA, del departamento SKILLS
- Michael MWASIKAKATA, jefe de la Unidad SERVICES
- Felix WEIDENKAFF, de la Oficina de Bangkok
- Lena YAN XINYU, de la unidad YOUTH

► En Pôle emploi :

- Jeannine ADONIS, de la Guyana Francesa
- Reine CHATENAY, jefa de la agencia, de la Guyana Francesa
- Stéphane MATHIS, de la Dirección General en París

¿Qué es la OIT?

La Organización Internacional del Trabajo es el primer organismo especializado de las Naciones Unidas.

La OIT congrega a los representantes de los gobiernos, los empleadores y los trabajadores de 187 Estados Miembros para que elaboren normas internacionales, formulen políticas y diseñen programas con el fin de hacer avanzar la justicia social y de promover el trabajo decente para todas las mujeres y todos los hombres de todo el mundo.

La vida profesional rara vez adopta la forma de un camino directo sin escollos. La transición de la escuela al trabajo es, con frecuencia, un primer paso complejo. Así pues, poder mantener un empleo durante toda la vida es a menudo difícil debido al entorno económico y a la evolución de las profesiones o de las propias aspiraciones. La vida está compuesta de transiciones que tienes que saber gestionar.

Los cambios en el mercado del trabajo se están acelerando:

- ✓ Muchas profesiones están experimentando transformaciones vinculadas con la digitalización.
- ✓ Otras profesiones están desapareciendo o reubicándose debido a la globalización.
- ✓ Se están creando nuevas profesiones para afrontar los retos del cambio climático, la necesidad de una economía con bajas emisiones de carbono o los cambios en los estilos de vida.

En su informe de 2019 sobre el futuro del trabajo, la OIT insta a “incrementar las inversiones en las instituciones, las políticas y las estrategias que presten apoyo a las personas a lo largo de las transiciones que entraña el futuro del trabajo”.

Todos los ciudadanos del planeta deben poder recibir orientación y formación a lo largo de su vida, para no sufrir los cambios operados en su entorno, sino, por el contrario, para aprovecharlos como oportunidades.

“Apoyar a las personas en estas transiciones ampliará sus opciones y les proporcionará la seguridad que necesitan para afrontar el cambio. Esto les permitirá conformar su vida profesional.”

Esta guía constituye una expresión concreta de las orientaciones de la OIT sobre el apoyo a las transiciones”.





ISBN 978-92-2-034795-9

