

TRABAJAR EN TIEMPOS DE CRISIS

- ❏ **Redacta o actualiza tu CV.** Comienza mencionando claramente la meta de tu carrera. El objetivo principal de tu CV es convencer a los empleadores para concretar una entrevista. Por lo tanto, tu currículum debe adaptarse al sector en el que tienes la intención de utilizarlo.

Es recomendable escribir un breve perfil de ti mismo, utilizando frases cortas y directas, llenas de verbos de acción y de palabras clave.

- ❏ **Concreta tu propuesta.** Dedicar un tiempo a la reflexión, concretar tus objetivos y enfocar tus esfuerzos en una única dirección. Seleccionar el sector y las empresas adecuadas puede ayudarte a concentrar tus energías en la dirección adecuada. Toma la iniciativa y preséntate a las empresas que más te interesan del sector.
- ❏ **Optimismo full-time.** Comienza siempre la búsqueda de empleo con optimismo, aunque ésta pueda ser larga, si te mantienes positivo, activo e informado tendrás muchas más posibilidades de encontrar oportunidades allí donde otros no ven nada.
- ❏ **Crea y desarrolla tu marca personal.** Es tu estrategia para encontrar trabajo para destacar entre la enorme masa de profesionales que busca trabajo como tú. Debes encargarte de "vender" como el mejor candidato: utiliza tus aspectos positivos y más destacados para hacer tu perfil más atractivo.

📌 **Digitalízate y haz networking.** Vivimos en la era 2.0 y no puedes quedarte atrás. Es la forma de llegar a más gente más rápido y más barato, demostrar que estás activo y a la última y acercarte a las oportunidades de Internet. Relaciónate, date a conocer, aporta contenido en las distintas Redes Sociales. Haz saber a tus contactos que buscas empleo. Busca en las redes profesionales pero también en las sociales.

El uso de las redes sociales por parte de las empresas para buscar trabajadores sigue incrementándose. Especialmente a la hora de seleccionar personas para puestos de cierta relevancia o cualificados.

📌 **Discurso del ascensor.** Aprende a presentarte con un discurso breve. Explica quién eres, lo que haces y lo que quieres de forma clara y concisa.

📌 **Fórmate e invierte en formación,** pero con sentido. No te apuntes a todos los cursos, ni por ser gratis, ni por ser muy caros y buenísimos. Fórmate en una línea previamente definida. Tú tiempo es oro.

¡INFÓRMATE, ACUDE A UGT!

PARA
CUALQUIER CONSULTA
NOS ENCONTRARÁS EN:

www.ugt.es/juventud/juventud.html | juventud@cec.ugt.org | demandajoven@cec.ugt.org

[f](#) UGT Juventud [t](#) @ugtjuventudcec [i](#) tuenti.com/ugtjuventud

