



World Vision

Por los niños



JOVENES LISTOS

# Kit para la vida

Programa técnico de Educación



# Nacimos para triunfar

## 5 claves para el éxito

Ten tu **visión clara** aunque no sepas como lograrlo

1

Confía en ti

2

No tengas miedo a fracasar

3

Ignóra a los pesimistas

4

Trabaja duro

5

Vive para servir



## ¿Qué es la **Inteligencia Emocional**?

Es la capacidad de sentir, entender y regular nuestras emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia.

Es reconocer nuestros propios sentimientos, los sentimientos de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos

El éxito depende del tipo de relación que mantengamos con nosotros mismos, del modo en que nos relacionemos con los demás, de nuestra capacidad de liderazgo y de nuestra habilidad para trabajar en equipo.

# Habilidades Sociales

## Competencia Interpersonal

### 1 **Comunicación**

Escuchas abiertamente y mandas mensajes convincentes.

### 2 **Influencia**

Posees herramientas de persuasión.

### 3 **Manejo de Conflicto**

Reconocer los posibles conflictos, sacas a la luz los desacuerdos.

### 4 **Catalizador del cambio**

Inicias o controlas el cambio.

### 5 **Liderazgo**

Inspiras y guías a los individuos o a los grupos.

### 6 **Establecer vínculos**

Crear y consolidar la amistad personal con el grupo.

### 7 **Trabajo en equipo**

Crear sinergia laboral enfocada hacia la consecución de objetivos.

### 8 **Cooperación**

Trabajar con los demás en



# Características de una persona con alto nivel emocional

Saben **qué emociones experimentan** y por qué?

Perciben vínculos entre sus **sentimientos** y lo que piensan. Hacen y dicen?

**Conocen sus puntos fuertes y débiles?**

Son reflexivas, aprenden de la experiencia

**Se muestran seguras de sí mismas**

Pueden expresar opiniones que despierten rechazo y **arriesgarse por lo que consideran correcto**

Manejan bien los sentimientos impulsivos y emociones perturbadoras

**Piensan con claridad** y no pierden la concentración cuando son sometidas a presión

# Pautas para ser emocionalmente inteligente

<p><i>Aprenda a trabajar en grupo. No se aislé. Adquiera un compromiso común y dialogue</i></p>	<p><i>Libere su creatividad. Si el ambiente de trabajo no lo permite, hágalo en su tiempo libre.</i></p>	<p><i>Déjese llevar por la intuición práctica. No deje todo en manos de los demás. Ten sentido del oportunismo.</i></p>
<p><i>Practique el ejercicio físico. Haga estiramientos durante las pausas.</i></p>	<p><i>Aproveche mejor el tiempo. Tome pausas estratégicas cada 30 minutos. Descubra su ritmo natural y evite interrupciones.</i></p>	<p><i>Dé las gracias y reconozca en los demás el trabajo bien hecho.</i></p>
<p><i>Asuma el riesgo de parecer imperfecto. Exteriorice las emociones y aprenda a canalizarlas.</i></p>	<p><i>Si se solicita su opinión sea cauto en lo que dice, no descalifique el trabajo de los demás</i></p>	<p><i>No se calle. Diga lo que piensa, siempre desde una crítica constructiva. Razone su punto de vista y ofrezca alternativas</i></p>

# Emprendiendo la búsqueda del empleo

## Mi sueño: una realidad

- ¿ En que quiero desarrollarme?
- ¿ Tipo de trabajo me apasiona?
- ¿ Área de trabajo?
- ¿ Tipo de empresa?
- ¿ Tipo de negocio?
- ¿ Nivel de viajes y horarios?
- ¿ Tamaño de organización?

**Idea**

**Plan**

**Acción**



# Perfil profesional



## Inventario personal

¿Qué puedo hacer?



Analice sus habilidades, competencias, formación y experiencia laboral.



Identifique y valore sus habilidades, capacidades y cualidades personales.

Hacer esta evaluación de sí mismo, le permitirá identificar sus debilidades, y así podrá generar un plan para mejorarlas.



# Kit de iniciación para redactar el CV

## ¿Qué debe incluir?

Encabezado



Objetivo



Experiencia



Educación

Otros

## ¿Qué NO debe incluir?

Fotografía  
Expectativas salariales  
Motivos de salida  
Referencias  
Otros documentos adjuntos

Algunas empresas tienen su propio formato de CV, requerimiento de fotografía y expectativas salariales.

Existe todo tipo de currículum para satisfacer diferentes tipos de necesidades.

# Recomendaciones para tener éxito en una entrevista de trabajo



**01.** Llegue a una hora adecuada



**02.** Utilice la visualización



**03.** Mantenga una correcta postura corporal



**04.** Module su voz



**04.** Relaje su cuerpo



## Preparación para la Entrevista

- Piense y practique posibles respuestas a preguntas de una entrevista de trabajo y ten confianza al enfrentar preguntas o temas difíciles.
- Antes de la entrevista de trabajo piense en las cosas que le estresan e identifique algunos mecanismos para lidiar con esa ansiedad.
- Prepare una lista de lo que tiene que hacer para estar listo para la entrevista.

**Recuerde que la entrevista no es un interrogatorio, el entrevistador quiere que usted tenga éxito**

# Consejos de vestimenta para la entrevista

Maquillaje natural  
Uñas limpias

Chaqueta blazer  
Faldas largas o pantalón

Zapatos cerrados o de tacon bajo con medias



Cabello corto  
Uñas limpias

Camisa formal  
manga larga con saco

Corbata coordinada  
Pantalón formal  
Zapatillas



# Preguntas frecuentes en una entrevista de trabajo

## **Hábleme de usted?**

El entrevistador quiere saber que tan bien podría usted encajar con el resto del equipo, el departamento y la empresa o lo que motiva.



## **¿Por qué quiere trabajar para esta empresa?**

Investigue sobre la empresa con anticipación



## **¿Qué es lo que más le gustaba de su actual / último trabajo?**

El entrevistador quiere evaluar su compatibilidad con la posición para la que le está entrevistando. Trate de adecuar su respuesta a las exigencias del puesto.



## **¿Cómo describiría su supervisor anterior?**

Señale un hecho positivo acerca de su anterior jefe. Evite generar críticas negativas



## **¿Cuál ha sido su mayor logro a la fecha?**

Revise la descripción del puesto de trabajo o el anuncio. Elija uno de sus logros anteriores más recientes que esté relacionado con un requisito del puesto





### **¿Qué lo motiva en su trabajo?**

Esto dependerá de sus antecedentes y experiencias de trabajo, pero trate de hacer que su motivación sea relevante para el trabajo para el cual está aplicando.



### **¿Cómo define usted el éxito en su trabajo?**

Una de las definiciones bien recibidas de éxito es el logro de metas.



### **¿Cuál ha sido la situación más difícil que ha tenido que enfrentar?**

Piense en los problemas específicos que probaron sus habilidades y capacidades y tuvieron resultados positivos.



### **Mencione sus fortalezas**

Adapte sus fortalezas en el trabajo y resalte por qué le califican como el candidato adecuado para el puesto. Muy importante: No se limite a enumerar sus fortalezas, trate de respaldarlas con ejemplos concretos.



### **¿Por qué deberíamos contratarlo?**

Refiérase a sus habilidades y experiencia en relación con los requisitos del puesto y las necesidades de la empresa.



### **¿Por qué está buscando otra opción laboral?**

Sea directo, pero evite comentarios negativos sobre trabajos anteriores en la entrevista de trabajo. No hable mal de la empresa, su gerente o colegas.



[worldvision.org.ni](http://worldvision.org.ni)

#30añosVVni