

ANÁLISIS PERSONAL Y PROFESIONAL

1º. Análisis del título profesional.

[Técnico Superior en Estilismo y Dirección de Peluquería - TodoFP | Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes](#)

Actividad 1: ANÁLISIS TÍTULO PROFESIONAL

Identifica el título, los requisitos de acceso, las salidas profesionales y si existe la posibilidad de seguir estudiando.

2º Autoconocimiento.

Debemos identificar nuestras habilidades, intereses, valores y aspiraciones profesionales para tomar nuestras futuras decisiones en el ámbito laboral. Haciendo uso de la herramienta DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades) podremos evaluar nuestras fortalezas y debilidades, reconocer oportunidades y establecer objetivos.

- **Factores Internos (depende de la persona)**

Fortalezas (F): Habilidades, conocimientos, experiencias o actitudes que favorecen el éxito laboral.

Debilidades (D): Limitaciones, carencias o aspectos a mejorar que pueden dificultar la inserción laboral.

- **Factores Externos (depende del entorno)**

Oportunidades (O): Factores del entorno que pueden ser favorables para encontrar empleo (por ejemplo, demanda de profesionales en un sector).

Amenazas (A): Factores externos que pueden dificultar la inserción laboral (por ejemplo, alta competencia en el mercado).

Actividad 2: ANÁLISIS DAFO

Realizar un análisis DAFO como estudiante que ha finalizado su ciclo de FP de Estilismo y Dirección de Peluquería. Identifica 3 puntos en cada categoría (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades)

Actividad 3: ESTUDIO CAME

Con los datos anteriores utilizamos la **estrategia CAME**:

CORREGIR debilidades.

AFRONTAR amenazas.

MANTENER fortalezas.

EXPLOTAR oportunidades.

En esta actividad debes proponer **acciones concretas** para corregir debilidades, afrontar amenazas, mantener fortalezas y explotar oportunidades.

Acción CAME	Relación con DAFO	Acción a realizar
Corregir	Debilidades	
Afrontar	Amenazas	
Mantener	Fortalezas	
Explotar	Oportunidades	

El objetivo es crear un pequeño plan de acción sobre cómo mejorar tu empleabilidad basándote en tu análisis DAFO y posterior estudio CAME.

Actividad 4: Motivaciones laborales.

Elabora una tabla con las motivaciones laborales extrínsecas e intrínsecas de tu futuro puesto de trabajo y puntuá la prioridad que tiene para ti cada motivación otorgando un valor de alta prioridad, prioridad media y baja prioridad. Ordena de mayor puntuación a menor y establece para ti las más importantes, ¿las de motivación extrínseca o intrínseca? Razona el resultado.

Todas estas actividades nos pueden servir para tomar una decisión: seguir formándonos o la inserción en el mercado laboral, en este último punto podemos acceder al:

- Sector Privado.
- Sector Público.
- Trabajo por cuenta propia / Autónomo.

Actividad 5: ITINERARIO FORMATIVO

Establece el puesto de trabajo al que deseas optar, tu objetivo, el cual debe ser posible y motivador. Seguidamente elabora tu itinerario formativo, indicando los estudios que debes realizar para así tener las mejores opciones para alcanzarlo.

Tienes un ejemplo página 250 del libro “Tu Libro de FP”.

2. FUENTES DE BÚSQUEDA DE EMPLEO

Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE). Nos ofrece información tanto de empleo como de cursos de formación, iniciativas para el fomento del empleo autónomo, etc.

Ayuntamientos. Servicio de orientación laboral.

Departamento y servicios de orientación, que podemos encontrar en los centros educativos.

Organizaciones Sindicales, que cuentan con servicios de orientación laboral.

Cámaras de Comercio, que cuentan con servicios de información y asesoramiento para la creación de empresas.

Agencias privadas de colocación sin ánimo de lucro, que intermedian entre empresarios y trabajadores.

ETT (Empresas de Trabajo Temporal). Empresas que se dedican a la cesión de trabajadores a empresas usuarias. Pueden ser una oportunidad de introducirse en el mercado laboral para aquellos trabajadores sin experiencia laboral. Ejemplo: Adecco.

Colegios profesionales, que pueden tener bolsa de empleo y ofrecer orientación.

Red de contactos. El 80% las ofertas no se llegan a publicar, siendo una fuente muy útil. Ejemplo, amigos, familiares, etc.

Prensa diaria o especializada.

Portales de empleo: Infojobs, portales específicos del sector, etc.

Apps: Infojobs, jobtalent, Linkedin, Monster, Tecnoempleo, etc.

Radio y televisión: El programa “Aquí hay trabajo”.

Red EURES. Red para la cooperación para el empleo y libre circulación de trabajadores en el ámbito de la UE.

Actividad 1: PORTAL DE EMPLEO Y APPS

Debes inscribirte en un portal de empleo o APPS para la búsqueda de empleo completando tu perfil.

Actividad 2: BÚSQUEDA DE OFERTAS DE EMPLEO

Busca entre dos o tres ofertas de empleo acordes a tu perfil profesional.

3. MARCA PERSONAL

La **marca personal** es la imagen que un profesional proyecta en el mercado laboral. Se basa en sus habilidades, experiencias, valores y forma de comunicarse con su entorno. Es lo que nos hace destacar y diferenciarnos de otros candidatos ante empleadores y reclutadores.

Cuando un trabajador está en **búsqueda de empleo**, su marca personal es clave para atraer oportunidades y demostrar su valor profesional. Hoy en día, las empresas no solo buscan conocimientos técnicos, sino también una **identidad profesional bien definida**.

➤ ¿Qué se busca con la marca personal?

Diferenciación: Destacar sobre los otros candidatos.

Mayor visibilidad: Atraer oportunidades laborales.

Posicionamiento: Convertirse en un referente en nuestro sector.

Credibilidad: Generar confianza en nuestros contactos y empleadores.

Acceso a mejores oportunidades: Incrementar las posibilidades de empleo.

➤ ¿Cómo construir nuestra marca personal?

1º Nos debemos conocer a nosotros mismo:

- Identificar habilidades, valores y fortalezas.
- Definir qué nos hace únicos como profesionales.

2º Definir nuestros objetivos:

- ¿Cuál es el tipo de empleo que busco?
- ¿En qué sector?

3º Optimizar nuestro currículum y perfil en redes profesionales:

- Usar palabras claves.
- Destacar logros y experiencias concretas.
- Mantener una foto y descripción profesional.

4º Crear contenido y compartir conocimientos:

- Publicar artículos, participar en debates o compartir noticias / trabajos.

5º Cuidar nuestra presencia online:

- Revisar lo que aparece en Google.
- Comprobar que nuestras redes personales no perjudiquen nuestra imagen profesional.

6º Construir una red de contactos:

- Relacionarse con personas del sector.
- Asistir a eventos, ferias o cursos para aumentar nuestra visibilidad.

Actividad 1: EXPLICA CÓMO CREARÍAS TU MARCA PERSONAL.

4. EL CURRÍCULUM VITAE

4.1. Consejos de presentación de un currículum vitae:

- Debe estar **escrito en ordenador**.
- El CV es **nuestra primera imagen**, por lo que debe atraer la atención por su presentación (orden, claridad y estructura) y por su contenido. Utiliza subrayados, negritas o mayúsculas para destacar los datos más importantes.
- Diseña un CV **adaptado a la oferta de empleo**.
- Si decides poner **foto**, recuerda que es para buscar un trabajo, por lo que evita las fotos de fiesta.
- En lo referente a los **contenidos**:
 - Datos veraces.
 - Adapta los contenidos a cada puesto de trabajo.
 - Omite aquellos datos que te puedan perjudicar.
- Consejos para la **redacción**:
 - Evita las faltas de ortografía y los errores gramaticales.
 - Redacción breve. Cuando una persona tiene experiencia se recomienda que tenga una extensión máxima de dos páginas. Recuerda que el tiempo promedio de lectura de un CV es de 30 segundos.
 - Escribe en tono impersonal, evita utilizar la primera persona (yo) y la tercera (él) para referirte a ti mismo.

4.2 Estructura del currículum:

- Datos personales.
 - Nombre y apellidos.
 - Teléfono.
 - Correo electrónico.
 - Enlace a Linkedin (si se aplica)
 - Ciudad.

- Extracto profesional (opcional).
 - Breve resumen de tu experiencia y habilidades.
 - Objetivos profesionales con el puesto deseado.
 - Qué puedes aportar a la empresa.
- Experiencia laboral.
 - Nombre de la empresa.
 - Cargo o puesto de trabajo.
 - Fechas de inicio y fin (mes/año).
 - Breve descripción de funciones y logros (En el caso de no tener experiencia puedes incluir prácticas profesionales o voluntariado).
- Formación Académica.
 - Nombre o título obtenido.
 - Institución educativa.
 - Año de inicio y finalización (o en curso si no has finalizado).
- *Si tienes muchos cursos selecciona los relevantes para el puesto.
- Habilidades y competencias.
 - Habilidades técnicas (ejemplo: técnicas de coloración, corte, etc.).
 - Habilidades blandas (ejemplo: trabajo en equipo, atención al cliente, creatividad).
 - Idiomas (indicar el nivel: básico, intermedio, avanzado o nativo).
 - Programas o herramientas.
- Otros datos de interés (opcional).
 - Carnet de conducir y vehículo propio.
 - Disponibilidad para viajar o cambio de residencia.
 - Redes sociales profesionales.

4.3 Recomendaciones (en resumen):

- Evita información no relevante y como máximo una o dos páginas.
- Diseño limpio y profesional.
- Destaca las palabras clave acordes a la oferta de empleo.
- Envía los currículums en formato PDF.
- Adapta el CV a cada oferta de empleo / puesto de trabajo.

4.4 Ejemplo de CV

<https://www.cvwizard.com/es/ejemplos-curriculum/peluquero>

Actividad 1: CURRÍCULUM.

Elabora tu currículum vitae para una de las ofertas de empleo que has buscado, suponiendo que has finalizado la titulación y has realizados las prácticas de Formación en Centros de Trabajo (FCT). Pero recuerda, todos los demás datos deben ser veraces.

Regresa al análisis DAFO que has realizado y comprueba si existe alguna variación al confrontar la oferta de empleo seleccionada y el CV elaborada. En caso afirmativo, vuelve a realizarlo junto con el estudio CAME. Por último, indica cuáles son las variaciones que ha sufrido.

5. LA CARTA DE PRESENTACIÓN

La carta de presentación es un documento en el que un candidato se dirige a una empresa para **presentarse y destacar sus cualidades profesionales**. El objetivo es reforzar nuestra candidatura y diferenciarnos de los demás aspirantes.

Tenemos **dos tipos**, para responder a una oferta de empleo y por autocandidatura (no existe oferta de empleo, pero mostramos interés en la empresa).

La carta de presentación debe ser clara y concisa, como máximo una página. La **estructura** habitual es:

- Encabezado: incluimos los datos personales del candidato y del destinatario.
- Saludo: Formal y dirigido a una persona específica si es posible.
- Introducción: Explicamos el motivo del contacto y la fuente de la oferta, en el caso de que se aplique.
- Cuerpo: Debemos hablar de nuestras habilidades, formación y experiencia relevantes para el puesto.
- Cierre: Mostramos interés en una entrevista y disposición para ampliar información. Finalmente, nos despedimos con una frase de cortesía y firma del candidato.

Ejemplos de cartas de presentación:

1. Para un primer empleo.

María Sánchez Sánchez

c/ xxxx

15777 Santiago de Compostela

Sociedad XXXX, S.L.

c/ xxxx

15777 Santiago de Compostela

4 de marzo de 2025

Al departamento de RRHH de la empresa (nombre):

Me gustaría integrarme en el Departamento Financiero de su empresa, ya que estoy capacitado y tengo las habilidades para desarrollar diferentes tareas, especialmente en las áreas de finanzas y contabilidad.

Recientemente he finalizado mis estudios en Administración y Dirección de Empresas en la Universidad de Madrid. La metodología aplicada en el centro, orientada a la acción y resultados, me ha permitido desarrollar una gran capacidad de resolución y adquirir una perspectiva global de todas las áreas de la empresa. A lo largo de mi formación, he potenciado mi espíritu de trabajo en equipo, iniciativa e implicación en las tareas, así como mi conocimiento de idiomas, inglés y francés, mediante estancias y cursos intensivos en Inglaterra y Francia.

También he tenido oportunidad de desarrollar mis primeras experiencias laborales mediante prácticas en distintas empresas, cuyo detalle encontrará en el Currículum Vitae que adjunto.

Estoy a su entera disposición para realizar una entrevista y las pruebas que considere oportunas.

Agradeciéndole su atención, le saluda atentamente (Poner tu nombre)

2. Para una oferta publicada.

María Sánchez Sánchez

c/ XXXXX

15777 Santiago de Compostela

Sociedad XXXX, S.L.

c/ XXXX

15777 Santiago de Compostela

4 de marzo de 2025

Al departamento de RRHH de la empresa (nombre):

He tenido ocasión de ver la oferta publicada en InfoJobs en el que solicitan un Marketing Manager para su organización.

Me motiva especialmente trabajar en su empresa debido al prestigio y renombre que tiene en el sector, y estoy capacitado para cubrir el puesto que solicitan, ya que mi experiencia profesional de 5 años se centra en el desarrollo de innovadores programas de fidelización y captación de nuevos clientes. Soy Licenciado en Marketing y Comunicación por la Universidad de Navarra, poseo un nivel alto de inglés e italiano y he trabajado con diferentes tecnologías de investigación de mercados, tal como requiere la oferta.

Me encantaría mantener una conversación con usted a su mejor conveniencia para ampliarle personalmente la información que le remito. Para ello podrá localizarme con facilidad en el número de teléfono (número) o por correo electrónico a (dirección).

A la espera de sus noticias, le saluda atentamente, (Poner tu nombre)

3. Para autocandidatura.

María Sánchez Sánchez

c/ XXXXX

15777 Santiago de Compostela

Sociedad XXXX, S.L.

c/ XXXX

15777 Santiago de Compostela

4 de marzo de 2025

Al departamento de RRHH de la empresa (nombre):

Aunque he comprobado que en este momento no existe ningún proceso de selección abierto para el perfil de fisioterapeuta, me gustaría ofrecer mi candidatura, con el objetivo de que la tengan en cuenta para futuros procesos de selección.

Me siento especialmente motivado por trabajar en una empresa de renombre y prestigio como la suya en el sector de la geriatría y además, estoy capacitado para cubrir el puesto vacante de fisioterapeuta. Tengo más de tres años de experiencia, en los últimos años he trabajado en centros de atención a las personas mayores y he realizado cursos específicos de Rehabilitación y fisioterapia geriátrica: Valoración e intervención terapéutica y preventiva en la Universidad Europea Miguel de Cervantes, así como el Máster Universitario en Fisioterapia de los Procesos de Envejecimiento: Estrategias Sociosanitarias por la Universidad de Valencia.

Me gustaría que tengan en cuenta mi candidatura para futuros procesos de selección porque me encantaría ser parte de su equipo de trabajo.

Estaré encantado de ampliarles mi perfil profesional si así lo requieren, de modo que estaré localizable al teléfono (número) o por correo electrónico a (dirección).

Queda a su disposición y le saluda atentamente,
(Poner tu nombre)

A continuación, se os indica una serie de **consejos para enviar** vuestra **carta de presentación**:

1. Cuidado con la dirección de correo.
2. Recuerda indicar en el asunto del email: “A la atención de..” en el caso de que proceda, “envío de currículum para la oferta...”.
3. El texto que indiques en el email, es decir, la carta de presentación, debe ajustarse a la oferta de empleo.
4. Adjunta el currículum en formato PDF. Nombra el documento “CV nombre y apellidos”.
5. Finaliza el email indicando nombre y apellidos, teléfono, Linkedin (si procede).

Actividad 1: CARTA DE PRESENTACIÓN.

Elabora la carta de presentación que enviarías a la empresa junto con el currículum que has creado para la oferta de empleo seleccionada.