

## TUTORIAL PASOS A SEGUIR TRAS QUEDARNOS SIN TRABAJO

**Quedarse en el desempleo es un mazazo y el primer mes es duro hasta que uno se adapta a la nueva situación.** Porque pasas de tener tu rutina habitual de actividades a tener todo el día libre. *Hay quienes optan por guardar luto al antiguo trabajo, lamentándose de por qué paso y que podríais haber hecho para evitarlo.* La verdad es que no se saca nada con esta actitud. La transición para pensar y clarificar hacia donde se quiere enfocar la búsqueda de la siguiente etapa laboral será necesaria, y pasado ese período, toca ponerse manos a la obra en vuestro nuevo trabajo: “*buscar empleo*”. No podemos caer en rutinas peligrosas de inactividad. Debemos hacernos rápidamente una nueva rutina porque lo peor es el encontrarse descolocado porque de tener todo el día planificado se pasa a tener mucho tiempo libre que llenar con nuevas

Es normal que pasen miles de preguntas por vuestra cabeza, aunque la más normal es la siguiente:

### ¿Y ahora qué hago?

Además, enfocando a algo más profesional, pueden surgir estas:

- ¿Cómo replantearos vuestra carrera profesional?*
- ¿Cómo enfocar vuestro CV?*
- ¿Qué tipo de trabajo debéis buscar?*
- ¿Reciclaros a nivel formativo?*
- ¿Vuestro perfil es atractivo a los ojos del mercado actual?*
- ¿Sabéis sacaros el máximo partido?*
- ¿Debéis aceptar/rechazar el primer trabajo que os surja?*

Todas estas preguntas y muchas otras pueden tener múltiples respuestas, no siendo unas mejores que otras. Debéis de buscar la que mejor se adapte a vosotros en estos momentos. **Podéis pedir consejo, sin embargo, la decisión final debéis elegirla vosotros, sin dejaros influir más de la cuenta por la opinión de los demás.** *Opinar sobre lo que deben hacer los demás es gratuito y muy fácil.* No olvidéis que es vuestra decisión y que debéis estar convencidos.

La carrera profesional se puede reorientar de muchas maneras. Si os acabáis de quedar en el paro tenéis que plantearos las siguientes preguntas **¿Qué habéis conseguido hasta ahora? ¿Qué queréis lograr a partir de ahora?**

**Debéis comenzar vuestro plan de acción con una actitud positiva y proactiva, anticipándoos a las oportunidades porque vais a buscarlas y no esperáis a que ellas vayan a vosotros.** Debéis confiar en vuestras posibilidades y ver luz, no al final sino al principio del túnel. Es cuestión de que seáis pacientes y tenaces, sin desesperar.

*En vuestro plan, debéis tener metas y para alcanzar las mismas, debéis plasmar vuestros objetivos para alcanzarlas, planificando diariamente las actividades que os ayudarán a seguir los senderos (objetivos) que os lleven al camino (metas).* Como ejemplo, una meta profesional sería encontrar trabajo de

Abogado o montar un negocio propio pero esto es algo genérico que hay que concretarlo con unos objetivos específicos. De lo contrario, van pasando los días y se diluye, quedándose en el olvido. **Debéis detallar los pasos que os acercarán a las mismas para que lo veáis de forma global, teniendo en cuenta todo lo necesario.** Esto lo trataré en profundidad otro día.

Sobre todo, habrá que salir en busca de trabajo y no esperar en vuestra casa durmiendo hasta altas horas de la mañana a que el trabajo llame a vuestra puerta. Podéis soñar, pero siendo realista, no va a ocurrir. Hay que salir a buscar ese empleo. Cuanto menos hagáis, más pereza tendréis. **Así que debéis abandonar cuanto antes a vuestros nuevos amigos más fieles, Don frigorífico, Doña televisión, Don Sofá y Doña Cama que agradecen tu compañía pero, en el fondo, piensan “danos un respiro”. Debéis frecuentar otras compañías más acordes a vosotros, como el colega ordenata con su fiel servidor “Internet” que os llevará a nuevas galaxias que os acercarán a la onda activa de buscar.**

Una vez que ya estáis de nuevo en la onda precisa, debéis diversificar vuestra búsqueda, sin limitaros sólo a una consultora de selección o a un portal de empleo. *Tenéis que usar TODAS las herramientas que existan, es decir, registrar vuestro currículum en todos los portales de empleo y consultoras de la zona de trabajo que tengáis establecida.* Debéis ampliar los sitios de búsqueda, pensando y rastreando nuevos sitios que no conozcáis. Debemos redoblar nuestro esfuerzo para conseguir lo que deseamos.

Debemos dar más importancia a nuestra red de contactos formales e informales porque, no olvidemos que, según encuestas recientes, más del 80% de las ofertas de trabajo no salen a la luz por los medios tradicionales y se cubren por el boca a boca de los conocidos, es decir, “Networking”. Así que, para empezar, tenéis que dejar bien claro a vuestros contactos qué buscáis, independientemente de os conozcan muy bien porque no podéis dar nada por hecho. **Tendremos que cuidar a los contactos que ya tenemos, preocupándonos por ellos y ayudarles en lo posible. También hay que buscar nuevos contactos profesionales que os puedan venir bien en vuestra búsqueda.**

Los seres humanos somos de hábitos predefinidos y de ahí es muy complicado sacarnos. *No podemos hacer todos los días lo mismo en lo que respecta a la búsqueda y, si tras un período de tiempo, vemos que no obtenemos ningún resultado, deberemos analizar a qué se debe y revisar nuestras acciones.* Quizás tenemos que abrir nuestros horizontes, ampliando tanto el tipo de puestos que busquemos, como la zona de búsqueda y algún otro aspecto que no hayamos tenido en cuenta. **Debéis marcaros fechas de revisión para evaluar lo conseguido hasta ese preciso momento, viendo los avances y los retrocesos. Hay que ser flexibles pero a la vez rigurosos.**

Va bien pedir consejo a otras personas de nuestro entorno, ya que nos darán su punto de vista de cómo ven nuestro plan y nuestras acciones. Esto ayudará a ver otras perspectivas sobre la situación en la que nos encontremos. No sólo debemos quedar con los demás para lamentarnos de lo desgraciados que somos

por no tener trabajo porque esto no ayuda. *Nadie dijo que el camino fuese plano, sin cuestas ni curvas. La meta está cerca porque es una carrera de fondo y no de velocidad.*

**Aunque parezca una contradicción, debéis aprender a decir no.** El precipitarse, aceptando lo primero que salga no es bueno; se deben estudiar todas las posibilidades. Debéis tener claro lo que queréis y lo que no queréis. De lo contrario, os puede penar el decidir precipitadamente. Igualmente, debéis valorar vuestro tiempo y priorizar vuestras tareas porque el que no tengáis trabajo no quiere decir “*que tengáis todo el tiempo disponible para los demás*”. Hay que acostumbrar a los demás de que buscar trabajo requiere invertir tiempo.

**Por supuesto, nada de buscar a la desesperada, enviando a todas partes, sin pararse a pensar si vuestro perfil se adapta a lo que buscan. Hay muchos candidatos preparados y receptivos a las ofertas.** Y esto lo que hace es que las empresas se puedan permitir el lujo de ser más exigentes. Esto quiere decir que tendremos que pulir mucho más nuestra candidatura para ponerles difícil la elección. Hoy en día, el tener unas pocas entrevistas ya es todo un lujo que no se valora. *¿Cuántas personas preparadas y activas llevan semanas sin tener una entrevista?* El que algo quiere algo le cuesta. Con tesón, sacrificio y ganas, al final, todo llega.

Debemos seguir preparándonos más que antes porque ahora salen menos oportunidades porque hay el triple de competencia. **Así que tenéis que revisar constantemente vuestro currículum, carta de presentación, forma de hacer las entrevistas y contar vuestra trayectoria, vestimenta que lleváis a las entrevistas, etc. Porque no olvidemos que todo cuenta. Tienen que encajar todas vuestras piezas.**

*Personas muy preparadas hacen toda la labor previa bien y, al final, cuando ya lo tienen tan cerca, fallan porque en su subconsciente no han cambiado realmente el chip de su nueva situación.* Muchas personas piensan que tienen que encontrar un trabajo con las mismas condiciones que el último y eso no ayuda. **Ahora estáis en otra situación y debéis de buscar otras opciones que no serán ni mejores ni peores que las que ya habéis tenido, sino distintas y reales.**

El estar activos en la búsqueda, haciendo muchas cosas que os acerquen a vuestras metas, os hará estar animados porque estáis en la galaxia correcta. *No olvidéis que no es tan importante lo que hacéis sino por qué y para qué lo hacéis.* No podemos hacer las cosas para estar entretenidos porque debemos invertir nuestro tiempo en cosas que nos ayuden a conseguir nuestro fin.

Al final, todo cuenta y el estar muchos meses estáticos, sin hacer nada, no ayuda y esto las empresas también lo tienen en cuenta. **Así que debéis poner os manos a la obra cuanto antes. No tener trabajo no supone no hacer nada interesante con vuestra vida.**

*Las cosas pasan por algo y el quedarse sin trabajo es el fin de una etapa pero el principio de una nueva que desarrollará vuestro futuro. Es hora de comenzar a trazar el camino a seguir.*

En estos tiempos, muchas personas se encuentran en busca de trabajo por encontrarse en desempleo y quieren salir de él por todos los medios. *Los meses pueden ir pasando y no salir nada; también es frecuente que en esta situación, más de un día, surja la desesperación porque antes que buscadores de trabajo somos personas. Sin embargo, toca seguir adelante.*

Bien sabido por todos es que tenéis que tener claros vuestros objetivos profesionales en la búsqueda de trabajo para ir adaptándolos según los frutos que os reporten. **Eso sí, hacer esto no garantiza que se vaya a encontrar trabajo rápidamente porque ésta es una carrera de fondo.**

Igualmente, debéis usar todas las herramientas que pone a vuestra disposición la red como son múltiples portales de empleo, anuncios de los periódicos, foros de empleo, webs de los servicios públicos de empleo, etc.

También es indispensable que visitéis y frecuentéis las redes profesionales para buscar nuevas oportunidades profesionales, teniendo vuestro perfil profesional completo para que os puedan visualizar aquellos que busquen mano de obra. No habrá que olvidar usar nuevos canales como Twitter. *Es decir, es imprescindible que tengáis presencia en la red porque ahí es donde cada vez más se mueve de forma más interactiva el mercado laboral.*

Si diversificáis las herramientas que usáis, vais por buen camino, siempre y cuando las uséis habitualmente porque esto os permitirá conocerlas en profundidad y poderles sacar partido. *Muchos candidatos se inscriben o dan de alta en todos los portales y nuevas aplicaciones sin rellenar completamente su perfil y cayendo días después en el olvido.*

**¡Ojo! Habrá que tener claro que el usar habitualmente todas estas herramientas y formulas que comento no garantiza el éxito porque esto no es una ciencia exacta y las oportunidades requieren esfuerzo y dedicación para que aparezcan incluso de vuestros contactos profesionales.** Luego no olvidéis que la selección no es justa y, muchas veces, los mejores candidatos se quedan en el camino por múltiples circunstancias.

*Cada cierto tiempo deberéis analizar los pasos que realizáis en vuestra búsqueda de trabajo y plantearos qué podéis mejorar, cuántas entrevistas habéis realizado en el último mes, de cuántos procesos de selección os han descartado inmediatamente y sus razones...*

Responder estas preguntas requiere ser objetivos y críticos pero, a la vez, realistas porque, en muchas ocasiones y más ahora, vosotros podéis tener un perfil que encaje y resaltarlo muy bien y, sin embargo, ser rechazados por otros motivos que no llegáis a comprender ya que muchos seleccionadores se dejan llevar por la subjetividad o hay circunstancias que no podéis controlar.

**El que pase el tiempo y no encontréis trabajo no significa que hagáis el proceso de búsqueda mal pero debéis de preguntaros qué habéis hecho y conseguido durante esos meses de búsqueda.** El adquirir nuevos conocimientos y el participar en proyectos colaborativos que inicialmente no sean remunerados también es positivo y debéis reflejarlo en vuestras candidaturas.

No olvidéis que las redes profesionales requieren que les dediquéis tiempo y que seáis flexibles y tengáis paciencia. Muchas veces, sobrevaloramos las nuevas herramientas porque ninguna de ellas es maravillosa por muy buen perfil que podáis tener.

Lo que está claro es que la búsqueda de trabajo requiere que le dediquéis horas al día que, de forma organizada, os ayuden a seguir avanzando. **El buscar trabajo no consiste en mirar una hora Internet y esperar a que os llamen; las cosas están muy mal, para qué negarlo...** pero el candidato que haga poca cosa es normal que no encuentre trabajo porque tampoco se dedica en cuerpo y alma a ello. Las ofertas escasean, sin embargo, os pregunto *yo ¿Cuántas horas dedicáis a buscar trabajo? ¿Qué herramientas usáis? ¿Analizáis vuestras acciones?*

Ni qué decir tiene que cada uno puede hacer lo que quiera, sin embargo, **quejarse es muy fácil, pero antes de hacerlo y caer en la autocompasión,** habría que plantearse la respuesta a la siguiente pregunta: *¿Qué más podríais hacer para tener opciones de encontrar trabajo?*

**El ánimo y la actitud son fundamentales por lo que es vital que os mantengáis activos y no os dejéis llevar por la desesperación que no ayuda y, además, es percibida como punto negativo por las empresas.**

Todo ayuda menos quedarse de brazos cruzados a que os lluevan los puestos de trabajo del cielo sin hacer nada porque los milagros son ciencia ficción y solamente ocurren en las películas.

*De la misma forma, debéis ser vosotros mismos y no intentar interpretar papales de personas que no sois en las entrevistas de trabajo.*

*Aquí os dejamos unos consejos que consideramos vitales para comenzar el nuevo futuro profesional lo antes posible, que viene a reforzar lo visto anteriormente:*

### **1. Sal de casa antes de las 9**

Todos los días laborables, sin excepción, madruga, aséate, vístete y sal de casa. Aunque lo único que hagas sea comprar el pan, o simplemente dar un paseo, es muy importante mantener tu horario sincronizado con el de las “personas normales”. Si no lo haces, entrarás pronto en una espiral de levantarte tarde, acostarte más tarde, pasar la mañana medio dormido y legñoso y llegar a la tarde sintiendo que se te ha pasado otro día sin hacer nada.

Si sales a la calle, además, te verás a tí mismo como una persona “activa” y no como un holgazán, y es importante primero creerlo y después transmitirlo a los demás.

## **2. Cuida tu imagen**

Lo he dicho en el punto anterior, pero lo remarco: aséate todos los días. Mantén al menos la misma imagen que cuando estabas trabajando: aféitate, maquíllate, péinate... Y no salgas a la calle con un chándal (salvo que vayas a hacer deporte) o con ropa raída. Mantener la propia imagen es requisito imprescindible para mantener la autoestima.

## **3. No veas la tele**

La tele es tóxica. Te hace estar quieto, pasivo, y cuando te das cuenta se te ha ido la mañana zapeando entre consejos médicos para jubilados, cocineros vascos y testimonios de marujas. Nunca, bajo ningún concepto, pase lo que pase, enciendas la tele antes de las 6 de la tarde. Si puedes no encenderla en todo el día, mejor. No tener la alternativa de tirarte en el sofá a ver la tele te obligará a dedicar tu tiempo a otras cosas, que sean las que sean serán mejores que no hacer nada.

## **4. Habla con gente**

Estar solo, dándole vueltas a la mala suerte que tienes y lo injusto que es el mundo contigo no te va a ayudar a salir de tu situación. Al revés, minará tus posibilidades de salir de ella. Por el contrario, tomar un café o comer con antiguos colegas o amigos, puede ser una buena manera de que se acuerden de ti si por casualidad se les presenta la posibilidad de buscar a alguien para un puesto de trabajo. Y si no, al menos tendrás nuevas ideas, y estarás al tanto de lo que se cuece en el mundo laboral.

Eso sí, no utilices a tus amigos para llorarles y lamentarte de tu situación. Por muy amigos que sean, acabarán hartos de ti. Ellos, aunque tengan trabajo, también tienen sus problemas, y todo el mundo prefiere hablar con alguien optimista y animado que con un cenizo que todo lo ve negro.

## **5. Identifica tus fortalezas y oportunidades**

Dedica un tiempo a valorar exactamente qué puedes aportar a alguien que esté dispuesto a contratarte. Valora lo más objetivamente que puedas tus conocimientos y experiencia, y piensa en qué tipo de empresas y puestos podrían ser útiles. Una buena idea es contrastarlas una referencia externa, un amigo que pueda ayudarte a separar tus fantasías de la realidad, o tal vez a descubrir cualidades que tú no has valorado.

## **6. Amplía tu horizonte laboral**

Si tu sector está en crisis, tal vez sea el momento de plantearte un cambio en tu carrera. No tiene por qué ser un cambio radical, pero sí tienes que estar dispuesto a hacer cosas que antes no habías hecho. Un ejemplo: si hasta ahora

dirigías proyectos de obras, y ya no hay obras que dirigir, tus conocimientos de dirección de proyectos pueden ser útiles en otros campos.

Intenta identificar sectores en alza, puestos más demandados, y mira en cuáles podrías encajar con más facilidad.

## **7. Complementa tu formación**

Compara lo que sabes con lo que demanda el mercado y apresúrate a rellenar los huecos. Ya que tienes tiempo dedícalo a formarte. Si los cursos que hay en el INAEM son muy básicos y no encajan en tu perfil, paga otros de tu bolsillo si es preciso. No descartéis la opción de formaros de forma autodidacta porque en la actualidad la red tiene una inmensidad de información de todo tipo de áreas y materias. Para esta última opción debéis tener mucha constancia y fuerza de voluntad para generar el hábito y continuar a pesar de las dificultades.

## **8. Vete un par de meses a Inglaterra o Irlanda**

Si no tienes un nivel de inglés aceptable, como para tener una conversación profesional, es el momento de ponerte al día. El nivel de vida ahora no es mucho más caro, y es probable que puedas encontrar un trabajo, aunque sea cutre, para compensar los gastos. Quién sabe, a lo mejor incluso encuentras un trabajo que se ajuste a tus expectativas.

No es que saber inglés te abra puertas, es que no saberlo te puede cerrar muchas. Si estás dos o tres meses en un país de habla inglesa aprenderás lo suficiente como para manejarte, incluso aunque no des clases. Examinarte en el British Council para tener un título oficial, a la vuelta, cuesta alrededor de 100 euros, así que no tienes excusa para no hablar inglés de una vez.

## **9. Ponte a buscar trabajo desde el primer día**

Aunque tengas muchos meses por delante con el dinero del “paro”, el tiempo vuela, y para cuando te des cuenta estarás angustiado pensando en cómo van cayendo las últimas hojas del calendario que marcan la fecha en que te quedarás sin nada. Empieza desde el principio a buscar trabajo.

Y buscar trabajo no es enviar currículums idénticos sin ton ni son a cualquier empresa que se te ocurra. Eso solo vale para justificarte “es que he enviado más de tropecientos currículums, y no he conseguido ni una entrevista...”. Ni la vas a conseguir así.

Busca en los portales de empleo, actualiza allí tu perfil, adapta y retoca tu currículum para cada uno de los puestos a los que optas, haz un seguimiento de cada oferta... ten en cuenta que tu trabajo ahora es buscar trabajo, así que deberías dedicarle a ello al menos ocho horas diarias.

## **10. Usa las redes sociales profesionales**

Un gran porcentaje de los trabajos se consiguen a base de contactos. No se trata tanto de “enchufe”, como de confianza. LinkedIn o Xing son muy útiles para

ampliar tu red de contactos profesionales, y una recomendación de un conocido común puede ser decisiva para que encuentres trabajo.

### **11. No prepares oposiciones**

En tiempos de crisis las oposiciones se hacen atractivas para más gente, así que compites con más personas para conseguir un puesto y eso las hace más difíciles. Más importante: el proceso es largo, y es normal que te encuentres que has invertido un año entero para nada. En tu currículum hay un hueco cada vez más grande así que, como el ludópata que va perdiendo en el casino, empiezas a creer que tu única oportunidad de recuperar lo invertido es seguir apostando.

Al final se te acaba la prestación, no has encontrado un trabajo en la empresa privada, no has aprobado, cada vez te enfrentas a los exámenes con más angustia (esto mina tus posibilidades de hacerlos bien), y acabas siendo “opositor” durante años.

### **12. Acepta cualquier trabajo**

O casi cualquiera. Aunque antes tuvieras un puesto y un sueldo muy superior a los que te ofrecen ahora, es preferible aceptar casi cualquier cosa antes que seguir en paro. Aunque tengas un dinerillo ahorrado de la indemnización, y recibas una prestación todos los meses, eso se acabará antes de lo que piensas, y entonces lamentarás no haber aceptado el trabajo que ahora rechazas.

Por otro lado, es mucho más fácil conseguir un nuevo trabajo teniendo ya uno que desde el paro. Y si en tu currículum no queda bien haber pasado a un puesto inferior, peor queda tener un hueco de meses. Al fin y al cabo, si alguien te pregunta por qué aceptaste ese trabajo, siempre puedes decir algo en la línea de “soy una persona muy trabajadora y para mí es importante ser útil y tal... además suponía una oportunidad para conocer ese sector / ampliar mi experiencia / desarrollar nuevas habilidades...”

### **13. Haz “chapuzas”**

Tradicionalmente, la salida para muchos parados mientras encontraban otro puesto “fijo” ha sido “echar una mano al cuñado” que le pagaba unos eurillos. Esto no está limitado a fontaneros o electricistas, sino que puede hacerlo casi cualquiera: consultorías, traducciones, pequeños proyectos, clases... Además de recibir un dinero extra, te mantiene activo y te permite conocer gente que puede ser el origen de un puesto de trabajo.

La legalidad de una cosa así, es cosa de cada uno. Pero si es preciso, por la envergadura del proyecto, puedes suspender durante unas semanas la cobertura por desempleo sin perderla.

### **14. Piensa en el autoempleo**

Si ves que haciendo esas “chapuzas” te va bien, piensa que la mejor manera de no quedarte nunca en el paro es no depender de que otro te dé trabajo. Según tus habilidades, como freelance puedes ganar mucho más trabajando menos que



antes. Y sin que una crisis te deje con una mano delante y otra detrás. O incluso, si te ves con fuerzas, puedes arriesgar y crear una empresa. Obviamente es una opción más que debemos barajar y contemplar, para ello tenemos que tener una idea de negocio y ver su viabilidad contemplando las posibilidades de ponerlo en marcha sin dejarnos nada en el tintero porque el montarlo sin prever lo necesario nos puede hacer hundirnos aun más.

*Todas las personas tendemos a echar la culpa a los demás cuando estamos buscando trabajo y no conseguimos el resultado esperado: conseguir un trabajo.* No vamos a negar que la decisión final depende de los empleadores y no siempre son las más adecuadas, sin embargo, **vosotros debéis de ponérselo difícil, dejando vuestra candidatura a la altura de lo que valéis.**

No podemos dejar en este tutorial de plantear los principales errores que se producen en la búsqueda de trabajo para poder aportar luz y ayudar al máximo de personas posibles.

Para empezar, *muchas personas carecen de un objetivo profesional concreto y detallado que por supuesto no puede ser “encontrar un trabajo”.* Este objetivo es demasiado indefinido para poderlo adoptar. **Tenemos que definir si buscamos trabajo a jornada completa o parcial, si buscamos solamente en nuestra ciudad, provincia o si ampliamos el radio de búsqueda a nivel nacional o internacional.** Igualmente, debemos clarificar qué tipo de trabajo buscamos, en qué área y precisar si tenemos el perfil solicitado actualmente en el mercado (en caso de no cumplirlo deberemos identificar qué tenemos que hacer para conseguirlo).

Otro error muy habitual es tener un solo currículum. **Por extraño que parezca, debemos saber adaptar nuestro currículum a cada oferta, tras hacer un estudio de investigación sobre la empresa y el puesto, que nos permita afinar al máximo nuestro perfil a lo que puedan precisar.** Recordemos que el currículum ya no es un listado de títulos y trabajos. *El currículum también habla (o debería hacerlo) de habilidades, de puntos fuertes, de objetivos alcanzados, de retos conseguidos... que debemos saber presentar si van a ser valorados por el que va a hacernos la entrevista.* Por supuesto, que lleva su tiempo pero en la búsqueda de empleo debe primar, como en todo, la calidad de lo que hacemos sobre la cantidad.

**Se usan las diversas herramientas de búsqueda de empleo como siempre, sin plantearnos la posibilidad de si existen otras formas de poderlas usar distintas que quizás nos puedan dar mejores resultados.** Cuando van pasando los meses y no nos llaman para ninguna entrevista, tal vez sea porque no tenemos bien definido nuestro currículum y requiere darle una vuelta cada cierto tiempo porque no olvidemos que *tiene que ser un documento que tenga presente y futuro y no solamente pasado.*

En otras ocasiones muchas personas tienen muchos planes que piensan y dicen tener, sin llevar nada a cabo porque finalmente no se midieron las fuerzas. **No es cuestión de pensar solo opciones sino de llevarlas a cabo de modo real para conseguir un trabajo. Igualmente, no es cuestión de**

**comenzar multitud de cosas y no acabar ninguna.** *Debemos tener mentalidad de hormiga y no de cigarra*, es decir, debemos ir paso a paso, sin prisa pero sin pausa.

**Las claves del éxito son la planificación, la organización, la constancia y el trabajar duro de forma útil.**

Otras personas piensan que el trabajo se lo van a dar otros sin que ellos hagan nada. *Cuando debemos darnos cuenta que el trabajo nos lo tenemos que buscar cada uno de nosotros haciendo cosas que nos ayuden a avanzar.* **El esperar los milagros es una opción que hará que optéis por la elección de vosotros contra el mundo pero...¿os lleva eso a algo positivo?**

*Tenemos también que conocernos a nosotros mismos, es decir, analizar en qué competencias y aspectos somos mejores y, por otro lado, reconocer en qué capacidades tenemos aun trabajo por hacer.* El principal limitador para cambiar es no reconocer nuestras debilidades y decir que nosotros somos así.

De la misma forma, muchas personas que buscan trabajo no analizan cómo usan las herramientas, ni si lo que han dicho en las entrevistas de trabajo ha sido lo correcto, etc. **No olvidemos que las cosas se pueden decir de muchas formas y, desgraciadamente, la valía se debe demostrar en el tiempo limitado de la entrevista.**

Debemos usar la imaginación para buscar nuevas opciones que nos puedan ayudar a la búsqueda de empleo.

*Se debe, de la misma forma, diversificar y complementar todas las opciones, alternándolas en el tiempo para avanzar en varias áreas de la búsqueda.*

**Se debe llevar un registro de actividades para saber qué hemos realizado ya, cuándo y qué nos queda pendiente para no duplicar trabajo y conseguir el efecto contrario.** Muchas personas dicen llevarlo pero... *¿sabéis en qué 6 ocupaciones estáis apuntados en vuestra demanda de empleo en el servicio público de empleo?* Igualmente, indicadme a qué empresas del sector de vuestro interés os habéis apuntado.

Tenéis que trabajar en equipo con otras personas de vuestro entorno que estén sin trabajo, colaborando unos con otros. **Es decir, ayudando vosotros a los demás en las técnicas que domináis en la búsqueda y viceversa. El individualismo y el egoísmo no nos permiten ver el fin de camino.**

De la misma forma *debemos tener siempre un plan B en la búsqueda en caso de que las cosas no salgan como esperamos y eso requiere marcarnos fechas concretas a cada objetivo en la búsqueda de trabajo.* Para recoger se debe sembrar de forma adecuada y aunque la sequía apriete tarde o temprano llegan los resultados.

Es el comienzo para ver qué alternativas tenéis para retomar vuestro periplo profesional. Yo siempre aconsejo ponerse al día de *qué perfiles profesionales son más demandados actualmente* y ver si encajáis con alguno de ellos o que

debéis hacer para conseguirlo, siempre y cuando sea esa la dirección laboral que queréis seguir.

En función de vuestra situación personal siempre os queda la alternativa de cambiar de aires una temporada, trasladando vuestro domicilio a otra ciudad que tenga más oportunidades laborales para vosotros. No obstante, esta opción no es muy propia del mercado laboral español, si bien, sí lo es en otros países.

**Lo único que no va a ayudar a ningún profesional buscando empleo es quedarse en casa, en plan pasivo, dedicándose simplemente a cobrar el paro aunque os corresponda cobrarlo el máximo tiempo posible.**

Ahora mismo los jóvenes recién licenciados lo tienen complicado porque en épocas de recesión económica se crea mucho menos empleo lo que genera que muchos jóvenes se queden inactivos. Vais a ver qué os inscribís a muchas ofertas laborales y que no os llaman para realizar ninguna entrevista *¿Qué os pensáis, que solo os pasa a vosotros?* Pues no. Esto, hoy en día, **le pasa a todo aquel que se encuentra en desempleo, sin embargo, no debéis decaer en el empeño.**

Lo ideal sería que encontraseis trabajo en vuestra misma ciudad con unas condiciones aceptables que no os requiriesen muchos esfuerzos. *Debéis despertar.* Si os sale una oportunidad profesional, aunque sea en otra provincia, debéis aceptarla, siempre y cuando las condiciones ofrecidas sean óptimas para poder vivir. Antes de pensar en rechazarla debéis preguntaros lo siguiente **¿A parte de esto, qué tenéis?** En la gran mayoría de los casos, muchas opciones de oportunidades laborales que, de momento, sólo son una posibilidad que no se ha materializado.

No debéis basar vuestra decisión en la calidad de vida o en el salario porque, ahora mismo, lo más importante para vosotros debe *ser adquirir experiencia profesional y aprovechar las oportunidades que surjan.* Cuando se es joven, es cuando más os podéis arriesgar porque no tenéis apenas ataduras personales y económicas.

Puede ser que os toque trabajar muchas horas porque en determinadas grandes empresas se sabe cuando comienza la jornada pero no cuando acaba. También debéis mirar las ventajas que tiene trabajar ahí, como las ayudas a la formación, a la vivienda, etc. Además, no olvidéis todo lo que vais a aprender. Sino, siempre os queda la opción de seguir buscando mientras estáis trabajando es esa compañía.

Volviendo a la globalidad de las personas que buscan empleo por estar en el paro, no debéis desestimar vosotros mismos vuestras oportunidades. Porque si no creéis en vosotros mismos **¿Quién va a hacerlo?**

Tenéis que saber sacaros partido y explotar todas las posibilidades que ofrece el mercado para encontrar trabajo. *Si no os sale nada, quizás es que lo planteáis mal o que no presentáis la candidatura idónea a través de vuestra carta de*

*presentación, “vuestro CV”*. Si vais muy perdidos podéis pedir consejo a algún profesional sobre como plantear vuestro CV.

Luego debéis mejorar vuestras carencias para que vuestra candidatura sea más atractiva para los nichos de empleo. **Debéis prestar mucha atención a qué capacidades son las más demandadas y como podéis adquirirlas.** También qué aplicaciones, idiomas, materias, son las más necesitadas.

Hoy en día todo os puede ayudar. Debéis ser cautos y en épocas de carencia de trabajo, cualquier persona que busca empleo es vuestra competencia. *Así que tendréis que ser precavidos a la hora de mostrar vuestras cartas o contactos a los demás. Es época de competición.*

No debéis olvidar prestar atención a los requisitos que se piden y enfocar vuestra candidatura a los mismos. Las cosas no basta con intentarlas sino que **hay que intentarlas de la forma adecuada o correcta** porque sino el esfuerzo invertido no vale para nada.

Debéis ser realistas y no pesimistas. Las oportunidades profesionales surgen cuando menos las esperáis; **simplemente tenéis que saber escuchar los mensajes que os lanzan porque a veces no son demasiado claros.**

Por supuesto, asumimos que el dar consejos es muy fácil, sin embargo, si estáis en un callejón sin salida sin hacer nada con vuestra vida debéis reaccionar y sino debéis asumir las consecuencias que conlleva caer en la rutina de inactividad que hemos comentado. Es muy importante mantenerse en un estado de ánimo estable que le permita a uno poder hacer cosas, asumiendo que todos en esta situación tendremos unos días mejor que otros como es normal porque antes que nada somos personas.

Se debe recapacitar todos los días sobre lo que hacemos para conseguir reengancharnos al mercado laboral.

Personalmente sé lo que es estar desempleado y todos estos consejos me ayudaron a mantenerme activo y mentalmente fuerte. Debéis hacer lo que debéis aunque se os pueda pasar por la cabeza tirar la toalla porque al final cada persona es víctima de sus acciones y decisiones.