

HOJA DE RUTA DE INSERCIÓN **PROFESIONAL**

PARTE I

NI FU NI FOL



PARTE I. AUTOCONOCIMIENTO

Intereses, motivaciones, habilidades y destrezas

Piensa en...

- ... qué te gusta hacer.
- ... qué se te da bien.
- ... qué aficiones tienes.
- ... qué cosas despiertan tu curiosidad e interés.

Pregunta a tu entorno (familia, amigos, etc.)

- ... en qué destacas.
- ... qué cualidades o aspectos valoran los demás en ti.



En internet hay múltiples cuestionarios que pueden ayudarte a indagar sobre tus intereses y habilidades. Haz clic [AQUÍ](#) para acceder al test de competencias de **Personalities Lab**.

Competencias personales y sociales

Revisa ...

... las competencias personales y sociales afines al sector profesional relacionado con tu ciclo formativo. Puedes verlas en la ficha que elaboraste en el **tema 10**.

Completa ...

... **ComPersonal**. Se trata de un Cuestionario de Autodiagnóstico en Competencias Personales para el Empleo, elaborado por el SEPE (en concreto, por el Observatorio de las Ocupaciones). Haz clic [AQUÍ](#) para acceder.

Determina ...

... en cuáles de esas competencias destacas.





Hitos importantes en tu vida

Piensa en ...

... momentos, situaciones y retos que hayas vivido y que te hayan hecho aprender y evolucionar personal y/o profesionalmente, que te hayan hecho crecer.

- ¿En qué consistieron esas situaciones o desafíos?
- ¿Por qué fueron importantes o determinantes?
- ¿Qué aprendiste?
- ¿Tuviste a alguien de referente?
- ¿Te gustaría haber actuado de otra forma?

Análisis DAFO

INTERNAS

EXTERNAS

NEGATIVAS

DEBILIDADES

- Falta o insuficiencia de formación.
- Carencia de experiencia laboral.
- Ausencia de red de contactos.
- Desconocimiento del sector.
- Falta de competencias personales y sociales.
- Etc.

AMENAZAS

- Sector profesional con mucha competencia o con poca demanda.
- Situación de crisis económica.
- Dificultades para seguir formándose.
- Etc.

POSITIVAS

FORTALEZAS

- Formación amplia y sólida.
- Experiencia laboral acreditada.
- Buenas competencias personales y sociales.
- Conocimiento del sector.
- Amplia red de contactos.
- Etc.

OPORTUNIDADES

- Sector profesional con poca competencia y mucha demanda.
- Mercado en crecimiento.
- Situación de prosperidad económica general.
- Etc.



El análisis DAFO, aplicado a la inserción laboral, te permite reflexionar sobre tus propias debilidades y fortalezas a la hora de buscar empleo, así como tomar conciencia de las amenazas y oportunidades que te ofrecen las circunstancias que te rodean.