

¿SABES BUSCAR TRABAJO?

Carreres
Professionals

upf.

A la hora de buscar una oportunidad de trabajo o de prácticas, es necesario tener en cuenta algunos aspectos que te acercarán al éxito. ¿Los tienes identificados?

¿CONOCES TU VALOR PROFESIONAL?



¿Te has parado a pensar qué es lo que te diferencia del resto de los candidatos/as y que te hace único/a?		
¿Qué conocimientos técnicos tienes (formación, herramientas digitales, cursos de especialización...)?		
¿Qué rasgos definen tu personalidad?		
¿Qué experiencias previas, ya sean prácticas, trabajos, voluntariados, experiencias en el extranjero, aficiones..., han contribuido a tu desarrollo profesional?		
¿Qué competencias has desarrollado a lo largo de tu vida personal y profesional?		
¿Cuáles son los valores y principios que guían tu comportamiento y decisiones en el ámbito laboral?		

RECOMENDACIONES:



- Autoevaluación continua:** dedica tiempo regularmente a reflexionar sobre tus habilidades, logros y áreas de mejora para mantenerte al día con tu desarrollo profesional.
- Sigue formándote y viviendo experiencias:** ¡ganarás valor!

¿QUÉ QUIERES?



¿Has empezado a valorar en qué te gustaría trabajar?		
¿Sabes en qué contexto profesional crees que te sentirías mejor? (tipo de sector, tipología de empresa: en una <i>startup</i> , en la administración pública, en el ámbito internacional...)		
¿Qué habilidades y conocimientos quieres poner en juego y adquirir en tu próxima experiencia profesional?		
¿Cómo sería el trabajo que se ajusta a tus necesidades y estilo de vida?		
¿Qué impacto quieres que tenga tu trabajo en la sociedad?		
¿Cuáles son tus metas profesionales a corto/largo plazo?		

RECOMENDACIONES:



- Investiga sobre el mercado laboral:** sigue las tendencias y oportunidades disponibles en tu campo de interés. Esto te permitirá tomar decisiones informadas sobre tu carrera.
- Prioriza tus aspiraciones:** identifícalas para conseguir un equilibrio satisfactorio entre tu vida laboral y personal. Considera factores como el crecimiento profesional, la remuneración, la cultura de la empresa y el impacto social.

¡BUSCA TU ENCAJE PROFESIONAL!

¿Cómo lo conseguirás?

¿Sabes cuáles son los mejores canales para aspirar a las ofertas de tu interés?		
¿Utilizas herramientas como las redes profesionales, el blog, el portafolio o el videocurrículum para dar más valor a tu candidatura?		
¿Aprovechas tus conexiones personales y profesionales para obtener información sobre oportunidades laborales?		
Si no encuentras la oferta que buscas, ¿sabes preparar tu autocandidatura para presentarte directamente a los profesionales, empresas e instituciones de tu interés?		
¿Tienes un currículum de impacto y lo acompañas de una breve presentación profesional que cautivará a la persona que hará la selección?		
¿Sabes destacar tus habilidades, experiencia y logros más relevantes para el puesto al que aspiras?		
¿Estás listo para la entrevista? ¿Tienes ya el discurso para demostrar que tú eres la persona ideal para el puesto de trabajo?		

RECOMENDACIONES:

- Consulta oportunidades de prácticas y/o trabajo en el Campus Treball**, una aplicación de la UPF, entre otras.
- Participa en eventos de *networking* y ferias profesionales**, como **UPFeina**, y otros foros de talento para ampliar tu red de contactos.
- Investiga sobre las empresas y los entrevistadores** para mostrar un interés genuino e ir más preparado a las entrevistas.
- Estate al día del uso de la inteligencia artificial** en el proceso de selección.

**¡No olvides
las claves que
te llevarán
al éxito!**

Investigación

Planificación

Proactividad

Actitud positiva

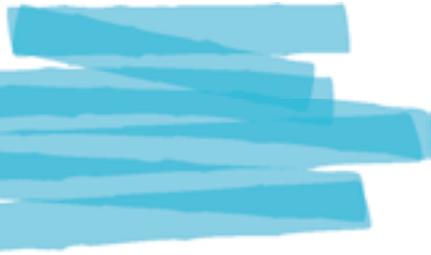
Constancia

**¡TE AYUDAMOS
A DESPEGAR!**



¿Quieres recibir asesoramiento personalizado?
Pide tu cita de orientación profesional.

**[www.upf.edu/web/
carreres-professionals/estudiants-op](http://www.upf.edu/web/carreres-professionals/estudiants-op)**



Carreres
Professionals

upf.

www.upf.edu/web/carreres-professionals