



Cofinanciado por
la Unión Europea

Tu futuro trabajo





Tu futuro trabajo

Esto es una guía.

Una guía te ayuda a aprender.

Aprenderás sobre ti mismo y tu futuro trabajo.

Esta guía está escrita en lenguaje claro.

El lenguaje claro es más fácil de entender.

Todo el mundo puede entender el lenguaje claro.



¿Qué es Pla(i)nVET?



El nombre de este proyecto es Pla(i)n VET.

VET significa Formación Profesional en inglés.

VET en inglés o FP en castellano es formación y prácticas para el trabajo.

La UE da dinero para apoyar este proyecto Pla(i)n VET.

UE es la forma corta para llamar a la Unión Europea.



¿Qué es Pla(i)n VET?

La Unión Europea se describe a si misma como:

La Unión Europea es un grupo de 27 países de Europa.

Estos países se unen para mejorar las cosas,
de una forma más fácil y más sencilla para las personas.

Los países se ponen de acuerdo para trabajar juntos y ayudarse mutuamente.

Varias organizaciones y escuelas están trabajando en el proyecto Pla(i)n VET.

Son de diferentes países como Austria, Suecia, Chipre, España y Alemania.

¿Qué queremos?

Pla(i)n VET quiere ayudar a las personas con dificultades después de terminar la escuela.

El período entre la escuela y el trabajo es importante para ti.

Queremos ayudarte durante este período.

Queremos ayudarte a encontrar la formación profesional que se adapte mejor a ti.

En esta guía usamos el lenguaje claro.

Todas las personas entienden el lenguaje claro.

Entender es importante.

Si entiendes, puedes elegir mejor tus opciones.

¿Por qué debes usar esta guía?

Nosotros queremos ayudarte a encontrar la mejor formación profesional. Hemos hecho esta guía para ayudarte.

Tú aprenderás más sobre lo que te gusta y sobre lo que se te da bien.

Te sentirás más seguro en el futuro.

Encontrarás el trabajo adecuado para ti.

Si quieres aprender más sobre esta guía, tienes que seguir leyendo.

¿Cómo usar esta guía?

Esta guía es una herramienta digital. La guía se puede leer online.

Puedes guardar la guía en el ordenador.

Puedes imprimir la guía.

Puedes leerlo solo o pedir ayudar.

Mejorarás tus habilidades digitales.

Tener habilidad digital quiere decir que puedes usar un ordenador o el teléfono móvil.

La habilidad digital significa que puedes usar internet para aprender y trabajar.

¿Por qué deberías usar esta guía?

Nosotros queremos ayudarte a encontrar la Formación Profesional adecuada.

Hemos hecho esta guía para ayudarte.

Aprenderás más sobre lo que te gusta y sobre tus capacidades .

Confiarás más en tu futuro.

Encontrarás el trabajo adecuado para ti.

Si quieres aprender más sobre esta guía, continúa leyendo.

¿Cuáles son tus fortalezas?

¿Qué es una fortaleza?

Una fortaleza es cuando puedes hacer algo bien.

Una fortaleza es cuando disfrutas algo.

Una fortaleza puede ser también tu personalidad, por ejemplo: ser tal como eres.

Es importante que conozcas tus fortalezas.

El conocer tus fortalezas te ayudará en tu vida diaria.

Te ayudara a encontrar el trabajo que mejor se ajusta a tus capacidades.

Tú ya tienes una fortaleza

o puedes aprender una fortaleza.

Tú puedes aprender una fortaleza trabajando en ello.

¿Conoces tus fortalezas?

Piensa en las cosas que se te dan bien.

Piensa en las cosas que te gusta hacer.

Esas son tus **fortalezas**.

Por ejemplo:

Si eres bueno en dibujo,
tu fortaleza es dibujar.

Si eres el mejor nadador en tu clase de natación,
Tu fortaleza es nadar.



Estas preguntas pueden ayudarte:

- ¿Qué se te da bien?

Puedes escribir tus respuestas aquí:

- ¿Qué tareas te gusta hacer?

Puedes escribir tus respuestas aquí:

- ¿Qué aficiones tienes?

Puedes escribir tus respuestas aquí:

- ¿Por qué te gustan esas aficiones?

Puedes escribir tus respuestas aquí:

Los amigos y la familia pueden ayudarte a encontrar tus fortalezas.

Ellos te conocen y te dirán que cosas se te dan bien.

¿Qué actividades te gusta hacer?

Para averiguar lo que te gusta hacer,
piensa en los trabajos que has hecho en el pasado.

Por ejemplo:

Si trabajaste en la cocina de un restaurante y te gustó,
cocinar podría ser una fortaleza.

Para averiguar lo que te gusta hacer,
recuerda cuando estabas en la escuela.

Por ejemplo:

Si te gustaba la asignatura de plástica.
y tuviste buenas notas en plástica
la creatividad podría ser una fortaleza.

Para averiguar lo que te gusta hacer,
piensa en tu tiempo libre.

Quizás hayas estado de voluntario.

Ser voluntario significa que ofreces tu ayuda pero no te pagan por ello.

Por ejemplo:

Si ayudabas en un refugio de animales
y eres bueno con los animales,
cuidar de los animales podría ser una fortaleza.

Para averiguar lo que te gusta hacer,
puedes pensar en tu infancia.

Piensa en los **recuerdos de tu infancia**.

Recuerdos son las ideas que tenemos del pasado.

Intenta recordar que actividades te gustaba hacer.

¿Recuerdas si los profesores y tus padres te decían que eras bueno en algo?

Cuando creces puedes seguir siendo bueno en esa actividad.

Todas estas preguntas pueden ayudarte a averiguar las actividades que te gustan hacer:

¿Qué actividades disfrutas?

Escríbelas aquí:

¿Qué actividades son difíciles para ti?

Escríbelas aquí:

Es importante conocer tus fortalezas.

Es importante conocer las actividades que te gusta hacer.

Te ayuda a encontrar el trabajo adecuado para ti.

Piensa en un trabajo donde puedas hacer las actividades que te gustan.

Por ejemplo:

Si te gusta trabajar con la madera,
podrías ser carpintero.

Si te gusta cocinar,
podrías ser cocinero o pastelero.

¿Qué es una debilidad?

Todo el mundo tiene **fortalezas**.

Todo el mundo tiene **debilidades**.

Debilidades son las cosas en las que no eres bueno.

Debilidades son las cosas que no te gusta hacer.

Debilidades son las cosas que puedes practicar y mejorar.

Es normal tener debilidades.

Es normal no ser bueno en todo.

Todo el mundo tiene debilidades.

Por ejemplo:

Si siempre se te quema la comida, tu debilidad es cocinar.

Si no puedes mantener tu casa limpia, tu debilidad es la limpieza.

¿Cuáles son tus debilidades?

Escríbelas aquí:

Puedes averiguar acerca de tus debilidades y fortalezas cuando **pruebas a hacer cosas nuevas**.

Puedes probar deportes, pintura, y cocina.

¿Disfrutas haciendo nuevas actividades?

Hazte las siguientes preguntas:

- ¿Qué te gustó acerca de probar nuevas actividades?

Escribe tu respuesta aquí:

- ¿Qué no te gustó acerca de probar nuevas actividades?

Escribe tus respuesta aquí:

- ¿Fue fácil probar nuevas actividades?

Escribe tu respuesta aquí:

- ¿Fue difícil probar nuevas actividades?

Escribe tu respuesta aquí:

- ¿Te gustaría continuar probando nuevas actividades y mejorar?

Escribe tu respuesta aquí:

¿Cuál es tu objetivo?

Un objetivo es un propósito que te gustaría hacer.

Un objetivo es algo que te gustaría que se convirtiera en realidad.

Un objetivo puede ser algo que deseas para tu futuro.

Puedes tener muchos objetivos.

Puedes fijar tus propios objetivos.

Haz una lista de tus deseos.

¿Cuáles son tus deseos?

Escríbelos aquí:

Piensa los deseos que te parecen importantes para tu futuro trabajo.

Por ejemplo:

Deseas correr una maratón.

Una maratón es un gran deseo

pero quizás no es importante para encontrar un trabajo.

Es bueno conocer tus deseos.

Cuando sabes cuáles son tus deseos
puedes convertir tus deseos en un objetivo.

Los objetivos te ayudan a entender lo que necesitas hacer.

Puedes trabajar para que tu objetivo se cumpla.

Por ejemplo:

Si tu objetivo es convertirte en cocinero puedes comenzar
aprendiendo nuevas recetas.

Puedes ir a clases de cocina.

Si no te gusta cocinar,
convertirte en cocinero no es el trabajo adecuado para ti.

Necesitas establecer objetivos claros.

Necesitas establecer pequeños objetivos.

Los pequeños objetivos son más realistas.

Los pequeños objetivos pueden ayudarte a alcanzar un gran
objetivo.

Por ejemplo:

Si tu objetivo es ser jardinero,
tus pequeños objetivos pueden ser los siguientes:

- Te apuntas a una FP de jardinería.
- Aprendes jardinería.
- Terminas tu Formación Profesional.
- Puedes solicitar un trabajo de jardinero.

¿Cuál es tu objetivo?

Escríbelo aquí:

¿Cuáles son los pequeños objetivos,
que te ayudan a alcanzar un gran objetivo?

Escríbelos aquí:

Alcanzar un objetivo puede llevarte bastante tiempo.

Alcanzar un objetivo puede ser difícil.

Aquí tienes algunas pistas que te pueden ayudar a alcanzar tu
objetivos:

Necesitas ser paciente.

Puedes aprender de tus errores.

Siéntete orgulloso de ti mismo.

Ahora ya sabes cómo buscar tus habilidades.

Ahora sabes cómo buscar tus debilidades.

También sabes como establecer tus objetivos.

El conocerte bien, te ayudara a encontrar el trabajo adecuado.

Capítulo 2

Formación Profesional y de Formación Permanente

¿Qué es la Formación Profesional?

Formación Profesional significa formación y prácticas para el trabajo.

La forma abreviada para la Formación Profesional es FP

La **FP** se estudia en los centros especializados de FP
Aprenderás en el centro, en las empresas o en las dos.
La FP es diferente en cada país.

En **FP** desarrollarás habilidades prácticas que son importantes para el trabajo.

Las habilidades son cosas que ya tienes aprendidas o que aprenderás.

Por ejemplo: Cuando aprendes a escribir en la escuela.
La escritura es una habilidad que puedes aprender.

En FP también te enseñan

- Cómo aprender
- Cómo trabajar en equipo
- Cómo comunicarte

la **FP** es diferente en cada país.

La **FP** tiene diferentes niveles.

Un nivel quiere decir el grado de dificultad de algo.



La FP en mi país

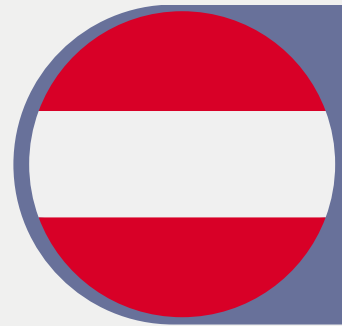
Austria

La FP se estudia en las escuelas técnicas y empresas.

Puedes empezar la FP a partir de 15 años.

La FP dura entre 1 o 4 años dependiendo del trabajo.

La FP te ayuda a encontrar trabajo en oficinas, hoteles, fábricas, tiendas y en la agricultura.



España

La FP se estudia en escuelas técnicas y empresas.

Puedes comenzar la FP a partir de 15 años.

La FP dura entre 1 o 2 años dependiendo del trabajo.

La FP te ayuda a encontrar trabajo en jardinería, en granjas, en trabajo de construcción y tiendas.



La FP en mi país

Alemania

La FP se estudia en las escuelas técnicas y empresas.

Puedes empezar la FP con 15 años.

La FP dura entre 2 o 3 años dependiendo del trabajo.

La FP te ayuda a encontrar un trabajo en hoteles, hospitales, tiendas, en una granja o en el transporte.



Chipre

La FP se estudia en las escuelas técnicas.

Puedes empezar la FP a partir de 14 años.

La FP dura entre 1 a 4 años dependiendo del trabajo.

La FP te ayuda a encontrar trabajo en hoteles, hospitales, la banca y el transporte.



La FP en mi país

Suecia

La FP se estudia en escuelas técnicas y en empresas.

Puedes empezar la FP con 16 años.

La FP dura 3 años dependiendo del trabajo.

Puedes elegir las asignaturas que te gustan en las escuelas técnicas.

La FP te ayuda a encontrar trabajo en residencias para ancianos, hoteles, tiendas, en granjas y jardinería.



Capítulo 3



La solicitud de trabajo

La búsqueda de un trabajo puede ser difícil.

Para que te den un trabajo, necesitas solicitarlo.

Tienes que escribir una solicitud de trabajo.

En una solicitud de trabajo, das información sobre ti.

Dices las razones por las que quieres conseguir ese trabajo.

Tenerlo bien preparado, te ayuda a encontrar un trabajo.

Esta guía te enseña a preparar la solicitud de trabajo.

Te da información sobre solicitudes de trabajo.



¿Cómo encontrar un trabajo?

Para buscar un trabajo, puedes pedir ayuda.

Por ejemplo, puedes consultar en centros de trabajo.

Los centros de trabajo son lugares que te ayudan a encontrar el mejor.

Puedes encontrar centros de trabajo en internet.

Puedes buscar centros de trabajo cerca del lugar donde vives.



Los orientadores de trabajo están en los centros de trabajo.

Los orientadores te ayudan a buscar un trabajo o formación para encontrar ese trabajo.

Los orientadores tienen listas de trabajo y también tienen información sobre

- Las tareas que tienes que hacer en el trabajo
- La formación que necesitas para el trabajo
- El dinero que recibes por ese trabajo



¿Cuál es el trabajo adecuado para ti?

Primero ves una oferta de trabajo que te parece interesante.

En la oferta de trabajo ves las tareas que tienes que hacer.

Te gustan esas tareas.

En la oferta de trabajo también ves las habilidades necesarias para hacer ese trabajo.

¿Te gustan esas habilidades?

Ya hablamos acerca de esas habilidades en el capítulo 2 de esta guía.

Escribe todas tus habilidades.

Compara todas las habilidades con las habilidades que te piden para ese trabajo.

Los orientadores pueden ayudarte si no estás seguro de si tienes las habilidades necesarias para ese trabajo.

Cuando tengas esas habilidades, puedes solicitar el trabajo.



¿Qué es una solicitud de trabajo?

En una solicitud de trabajo, das información sobre de ti. Tu dices porque quieres hacer ese trabajo.

Una solicitud de trabajo está formado por varios documentos.

Por ejemplo, el CV es un documento

Para solicitar un trabajo, tienes que escribir un CV.

CV es la forma corta para decir Curriculum Vitae.

El CV es:

- una presentación de quién eres y lo qué te gusta

Por ejemplo: eres amable y te encanta la naturaleza.

- una presentación de los estudios que has hecho

Por ejemplo: a qué escuela fuiste.

- una presentación de tu experiencia de trabajo.

Por ejemplo: tuviste un trabajo o hiciste prácticas.

- una presentación de tus fortalezas

Por ejemplo: trabajas con ordenador, o hablas con personas.

El CV es una presentación corta de ti mismo.

Puedes escribir 1 o 2 páginas.



El CV debe ser adecuado para el trabajo que solicitas.

Por ejemplo: cuando solicitas un trabajo en una panadería, debes escribir que te gusta la panadería y la repostería .

Si solicitas un trabajo en una tienda, te tiene que gustar hablar con la gente.

Si te gusta hablar con la gente y quieres trabajar en una tienda, debes ponerlo en el CV.

Si quieres solicitar un trabajo en una granja, debes escribir en tu CV la formación y la experiencia que tienes.

Una solicitud de trabajo consiste en diferentes documentos.

Por ejemplo, una **carta de motivación**.

Para solicitar un trabajo, escribe una carta de motivación.

En la carta de motivación, explica las razones por las que quieres solicitar ese trabajo.

Por ejemplo, solicitas el puesto de trabajo porque quieres ser cuidador de un zoo.

En la carta de motivación explica porque eres el mejor candidato para ese trabajo

Por ejemplo, porque te gusta cuidar a los animales.

Puedes escribir 1 página.

El empleador puede pedirte más documentos.

El empleador te informará de los documentos que necesitas.

Estos documentos se llaman **certificados**.

Los certificados prueban que hiciste un curso o formación.

Estos documentos pueden ser las cartas de referencia.

Las cartas de referencia muestran que eres adecuado para el trabajo.

¿Cómo se escribe una solicitud de trabajo?

Cuando encuentras un trabajo que te gusta, tienes que escribir una solicitud de trabajo.

La solicitud de trabajo incluye:

- Tu CV
- Tu carta de motivación
- Tus certificados de la escuela u otra formación
- Tus certificados de otros trabajos o prácticas



También puedes hacer una **solicitud de trabajo en video**.
En la solicitud de video haces una presentación de ti mismo.
En ella demuestras tu creatividad y lo que te gusta hacer.
Pregunta al empleador antes de hacer y enviar la solicitud de trabajo en video.
Algunos empleadores aceptan solo solicitudes escritas.

En la solicitud tienes que explicar:

- Quién eres
- Qué te gusta hacer
- Qué se te da bien
- Por qué solicitas este trabajo

Envas esta solicitud a la empresa,
por correo electrónico, o por carta.

Tienes que esperar a que el empleador te conteste.
El empleador te enviara un correo electrónico o una carta.
El empleador acordara una entrevista contigo.



¿Cómo puedes prepararte para una entrevista?

El objetivo del empleador es conocerte mejor a través de la entrevista.

El empleador quiere saber si eres la persona adecuada para el trabajo.

Las entrevistas de trabajo pueden ser estresantes.

Es normal que te sientas nervioso antes de la entrevista de trabajo.

Te puedes preparar para estar más tranquilo.

Los siguientes pasos pueden ayudarte a preparar la entrevista:

- Busca la dirección de la empresa.

Organiza cómo llegar hasta la empresa.

Puedes ir andando, en bici, en coche o coger el autobús.

Unos días antes de la entrevista haz el recorrido para ver cuánto tiempo vas a tardar en llegar.

- Entra en la página web de la empresa.

Lee la información acerca de la empresa.

Escribe las preguntas que se te ocurran.

- Prepara una pequeña presentación de ti mismo.

En una entrevista te tienes que presentar.

puedes preparar una pequeña presentación.

En la presentación dices tu nombre, tu edad, dónde vives, porque te gusta es trabajo



- Si practicas la presentación, estarás más tranquilo.
- Escribe una lista de las razones por las que crees que eres un buen candidato para el trabajo.

El empleador te preguntara las razones por las que eres un buen candidato para el trabajo.

Puedes preparar tu respuesta a esta pregunta.

Piensa en que cosas se te da bien y lo que te gusta hacer.

- Escribe una lista de tus fortalezas y debilidades.

El empleador te preguntara sobre tus fortalezas y debilidades.

Puedes preparar tu respuesta por escrito antes de la entrevista.

Te sentirás más seguro si preparas las respuestas.

Puedes practicar las respuestas en casa.

Lee las respuestas en voz alta

o practícalas con familiares o amigos.



¿Qué tengo que llevar a la entrevista?

Lleva tus certificados de la escuela.

Lleva tus referencias de trabajos anteriores.

Lleva tu CV.

Lleva tu carta de presentación.

Lleva un lápiz y papel por si necesitas tomar notas.

¿Qué hacer después de la entrevista?

Da las gracias al empleador por su tiempo.

Pregúntale cuando decidirán tu solicitud.

Pregunta también cómo te informarán acerca de su decisión.

Finalmente, tendrás que esperar a la respuesta del empleador.

¡Buena suerte!

