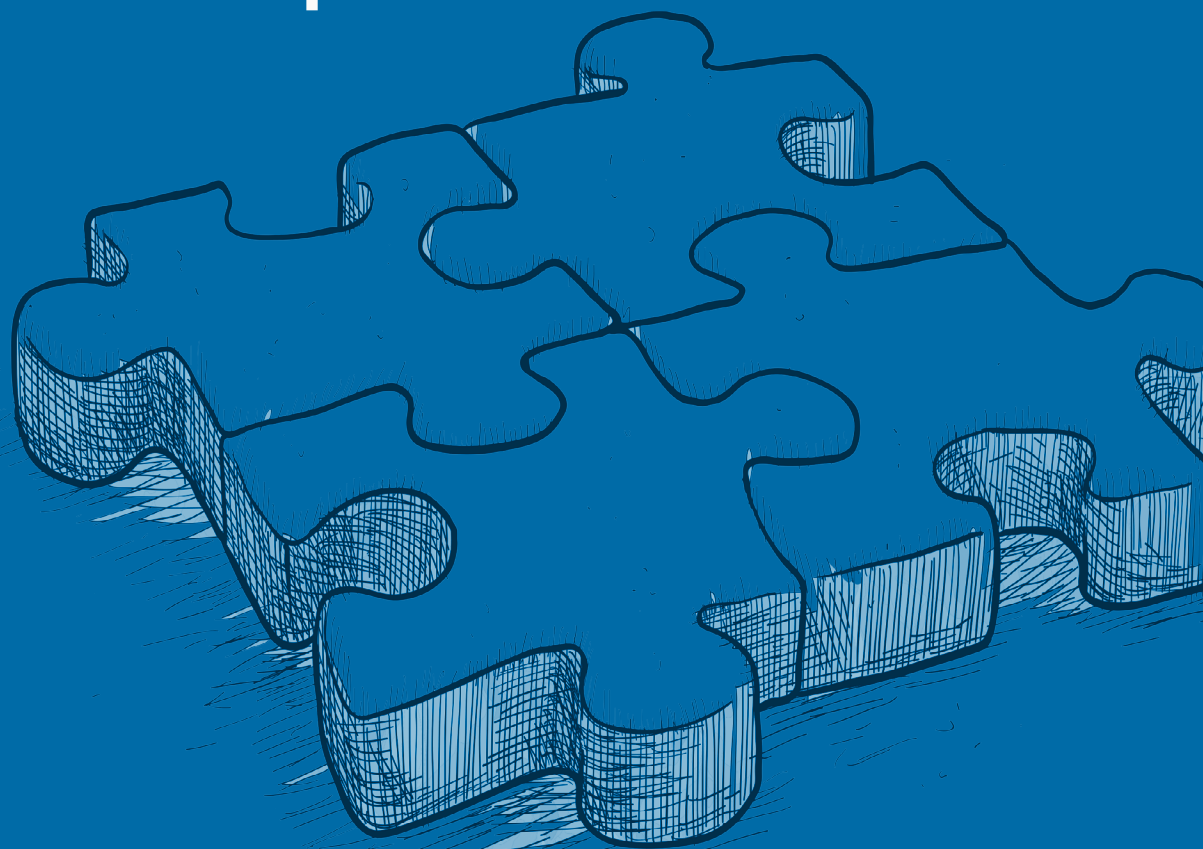


Plan UCM

de formación para el empleo



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE
MADRID



OFICINA DE
PRÁCTICAS Y EMPLEO
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

www.ucm.es/ope

Plan UCM de formación para el empleo

Una de las áreas estratégicas de la Oficina de Prácticas y Empleo de la Universidad Complutense es la formación y orientación para el empleo.

Los conocimientos específicos que se imparten en nuestras titulaciones deben de ser complementados necesariamente con una formación destinada a incrementar la empleabilidad del estudiante, a través de la adquisición de competencias fundamentales para el mercado de trabajo y del conocimiento y práctica de herramientas y técnicas de vital importancia para la búsqueda de empleo.

El Plan UCM de Formación para el Empleo comprende una serie de cursos cortos o seminarios, denominados “**Claves para el empleo**”, que se imparten en una sola sesión de 3 horas o dos sesiones de 3 horas cada una. Tras la realización de distintas “claves” que sumen un total de 15 horas se puede solicitar el reconocimiento de 1 crédito ECTS.

Las personas interesadas en profundizar en alguna temática concreta, cuentan con el “**Programa de Desarrollo Profesional**”, que incluye actividades formativas de 30 horas (6 sesiones), por las que se puede solicitar un reconocimiento de 2 créditos ECTS.

Todas las actividades propuestas tienen un gran componente práctico, por lo que están diseñadas para grupos formados entre 8 y 15 estudiantes.

Por otro lado, y como complemento a estas alternativas formativas, la Oficina de Prácticas y Empleo pone a disposición de los estudiantes y titulados un **servicio de atención individualizada** para orientar o reorientar su carrera profesional.

Claves para el empleo



**¡Define tu objetivo!,
el primer paso para buscar empleo**

¿Tienes claras tus metas profesionales y cómo alcanzarlas? ¿Qué puedes aportar a la empresa? Identifica tus áreas de interés. Duración: 3 horas (1 sesión)



Buscar empleo, ¿dónde y cómo?

¿Dónde puedo trabajar? ¿Qué opciones laborales tengo? ¿Dónde conseguir información sobre empleo privado, público y autoempleo? ¡Si sabes dónde buscar, seguro que encontrarás!. Duración: 3 horas (1 sesión)



**Recursos online
para la inserción y el desarrollo profesional**

Aprende a buscar y a gestionar información en Internet para mejorar tu empleabilidad y acceder al mercado laboral. Conoce los recursos existentes y el modo de manejarlos de forma efectiva. Duración: 3 horas (1 sesión)



**Tu tarjeta de visita:
el currículum y la carta de presentación**

¿Quieres que tu candidatura destaque? Te ayudamos a elaborar tu currículum y tu carta de presentación. Duración: 3 horas (1 sesión)



**Redes profesionales para buscar empleo:
elabora y promociona tu perfil en Internet**

¿Conoces las posibilidades de las principales redes en Internet para buscar empleo? Aprende a elaborar tu perfil profesional y a dinamizar y promocionar tu candidatura cuidando tu identidad digital. Duración: 3 horas (1 sesión)



**Ganando experiencia:
voluntariado, prácticas y becas**

Conoce las posibilidades que te brindan el voluntariado, las prácticas y las becas para potenciar tu desarrollo profesional. Duración: 3 horas (1 sesión)



**Prepárate
para los test de los procesos de selección**

¿En qué consisten las pruebas psicotécnicas? ¿Qué información aportan? ¿Cómo se utilizan en la selección de personal? Da respuesta a estas preguntas y no temerás enfrentarte a ellas. Duración: 3 horas (1 sesión)

08.

Lo que debes saber sobre las dinámicas de grupo

¿Qué son las dinámicas de grupo? ¿Cómo debo actuar en ellas? Prepárate para manejarte con éxito en estas pruebas de selección. Duración: 3 horas (1 sesión)

09.

¿Cómo afrontar una entrevista de trabajo?

¿En qué consiste una entrevista de trabajo? Aprende a prepararla y ganarás en seguridad. Duración: 6 horas (2 sesiones)

10.

¿Cómo aterrizar en las prácticas?

Tu primer contacto con el mundo profesional. Cómo sacarle el mejor partido a esta experiencia formativa. Duración: 3 horas (1 sesión)

11.

Hablar en público y presentar trabajos de manera eficaz

¿Te cuesta hablar en público? Te ayudamos a mejorar tus habilidades de comunicación. Duración: 6 horas (2 sesiones)

12.

Mejora tu estilo de comunicación

¿Cuál es tu estilo de comunicación? Te facilitamos las claves para lograr una buena comunicación. Duración: 3 horas (1 sesión)

13.

Aprendiendo a trabajar en equipo

Identifica las claves para trabajar en equipo: descubre sus ventajas y aprende a desarrollarlas. Duración: 6 horas (2 sesiones)

14.

Gestión eficaz del tiempo

¿Te faltan horas para llevar a cabo tus tareas? Organiza tu tiempo, prioriza objetivos y maneja imprevistos. Duración: 3 horas (1 sesión)

15.

Networking efectivo

Conoce las oportunidades que te proporciona el networking para la búsqueda de empleo o para tu desarrollo profesional. Acércate a los diferentes tipos de eventos y recursos para construir tu red de contactos y aprende a gestionarla con eficacia. Duración: 3 horas (1 sesión)

16.

Tengo una idea, ¿y ahora qué?

¿Tienes una idea y no sabes por dónde empezar? Conoce herramientas innovadoras de emprendimiento para generar tu modelo de negocio. Duración: 3 horas (1 sesión) (Impartido por Compluemprende)

Programa de desarrollo profesional

1

Habilidades sociales

Identifica las normas de actuación en las relaciones interpersonales para garantizar un ambiente de trabajo positivo y facilitar tu adaptación a las tareas y entornos laborales. Averigua cuáles son los roles en los que tu aportación al grupo puede ser más productiva. Duración: 30 horas (6 sesiones)

2

Inteligencia emocional en el entorno laboral

Explora las habilidades que conforman tu inteligencia emocional. Utilízalas de manera adecuada para ser eficaz en el trabajo. Duración: 30 horas (6 sesiones)

3

Comunicación eficaz

Aprende a manejar adecuadamente la comunicación verbal (oral y escrita) y no verbal en el ámbito profesional, tanto en las situaciones de relación persona a persona como en las interacciones dentro del grupo. Duración: 30 horas (6 sesiones)

4

Planear la búsqueda de empleo

Diseña tu itinerario de inserción profesional: define tu meta, conoce los recursos para alcanzarla y supera los procesos de selección. Duración: 30 horas (6 sesiones)



Oficina de Prácticas y Empleo (OPE) Moncloa

Edificio de Alumnos
Avda. Complutense, s/n. 28040 Madrid
Tfno.: 91 394 12 94 / 95 opeinfo@ucm.es

Oficina de Prácticas y Empleo (OPE) Somosaguas

Edificio Las Caracolas
28223 Pozuelo de Alarcón. Madrid
Tfno.: 91 394 24 45 / 02 opesomo@ucm.es

Inscripción en: www.ucm.es/ope