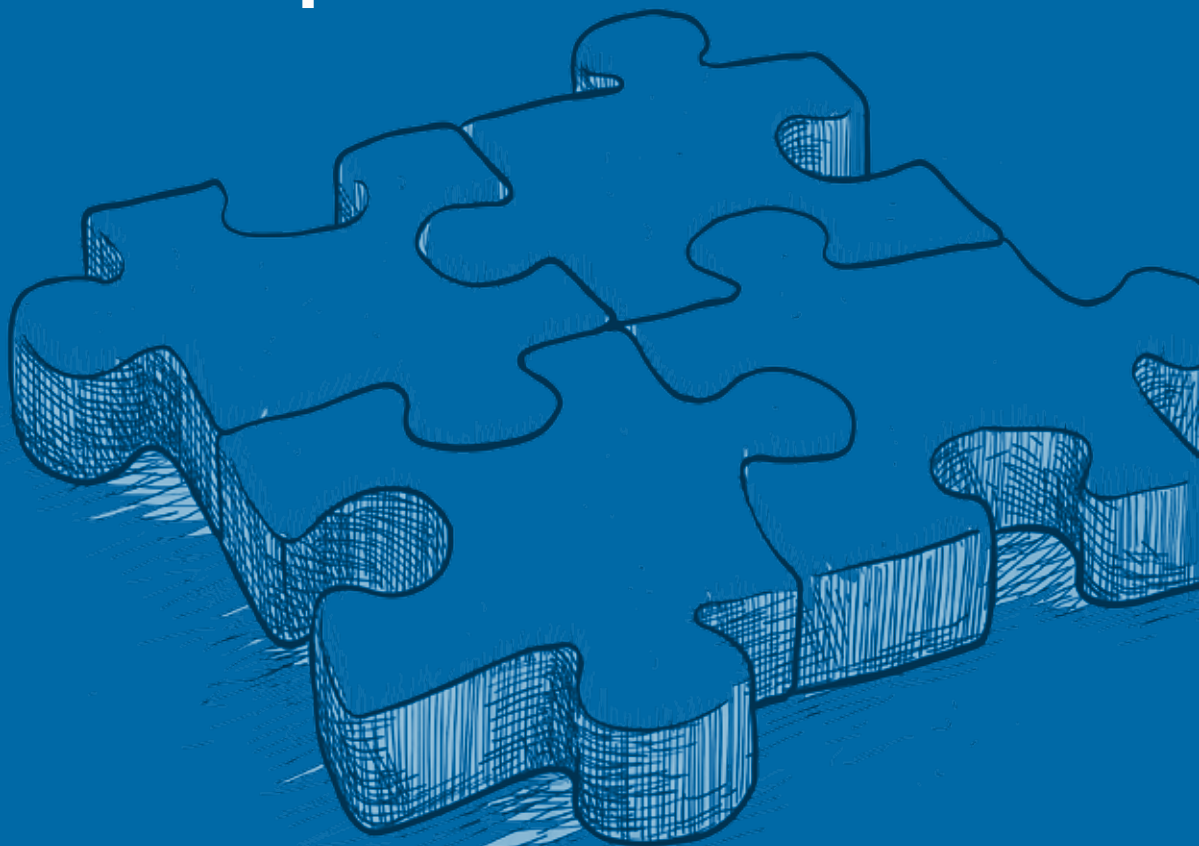


Plan UCM

# de formación para el empleo



UNIVERSIDAD  
COMPLUTENSE  
MADRID



**ope** OFICINA DE  
PRÁCTICAS Y EMPLEO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID



[www.ope.ucm.es](http://www.ope.ucm.es)

# 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 24 horas y 1,5 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



### Definir el objetivo profesional, el primer paso para buscar empleo

¿Tienes claras tus metas profesionales y cómo alcanzarlas? ¿Qué puedes aportar a las empresas y organizaciones? 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? ¡Si sabes cómo buscar, seguro que encontrarás!.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### El currículum vitae 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)



### Marca personal

Descubre el valor diferencial de tu candidatura. Identifica tus competencias. Construye y gestiona con eficacia tu marca personal para mejorar tus oportunidades profesionales.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### Networking

¿Conoces las oportunidades que te proporciona el networking en tu inserción profesional? Aprende a diseñar, construir y gestionar tu red de contactos y a mejorar tus habilidades de relación.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### Redes profesionales en Internet

Las redes en Internet mejoran tus oportunidades profesionales. Aprende a elaborar tus perfiles y a dinamizar y promocionar tu candidatura online.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### Recursos online para buscar empleo

¿Conoces los recursos que existen en Internet para buscar trabajo? ¿Sabes gestionar la abundante información que existe en la red? Conoce los recursos existentes y cómo manejarlos de forma efectiva.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### Prepárate para los test de los procesos de selección de personal

¿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)



### Prepárate para las dinámicas de grupo de los procesos de selección

¿Qué son las dinámicas de grupo? ¿Cómo debo actuar en ellas? Aprende a desenvolverte con éxito en estas pruebas de selección.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### ¿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)



### Las prácticas: tu primer contacto con el mundo profesional

¿Te sientes inseguro/a por no contar con experiencia? Aprende a sacar partido a tus prácticas.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### Hablar en público y presentar trabajos de manera eficaz

¿Te cuesta hablar en público?, ¿Temes enfrentarte a la defensa oral de tu TFG, TFM o tesis doctoral? Te ayudamos a mejorar tus habilidades de exposición oral.

Duración: 6 horas (2 sesiones)



### Mejora tu estilo de comunicación

¿Sabes comunicarte con seguridad y confianza? Te facilitamos las claves para lograr una comunicación asertiva.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### Aprender a trabajar en equipo

Descubre cómo puedes aportar lo mejor de ti en un equipo de trabajo. Identifica tu papel ideal y potencia tu talento.

Duración: 6 horas (2 sesiones)



### Gestión eficaz del tiempo

¿Te faltan horas para llevar a cabo tus actividades? Organiza tu tiempo, define objetivos, prioriza tareas y maneja imprevistos.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### 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: 3 horas (1 sesión)



### Trabajar en Europa

Aprende a diseñar tu plan para trabajar en Europa. Conoce la Red Eures y otros recursos útiles para esta búsqueda.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### El empleo público

Infórmate sobre las oportunidades laborales en la Administración Pública.

Duración: 3 horas (1 sesión)



### 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



### 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: 24 horas (6 sesiones)



### 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: 24 horas (6 sesiones)



### 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: 24 horas (6 sesiones)



UNIVERSIDAD  
COMPLUTENSE  
MADRID



Oficina de Prácticas y Empleo (OPE) Moncloa

Edificio de Estudiantes  
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.ope.ucm.es](http://www.ope.ucm.es)

