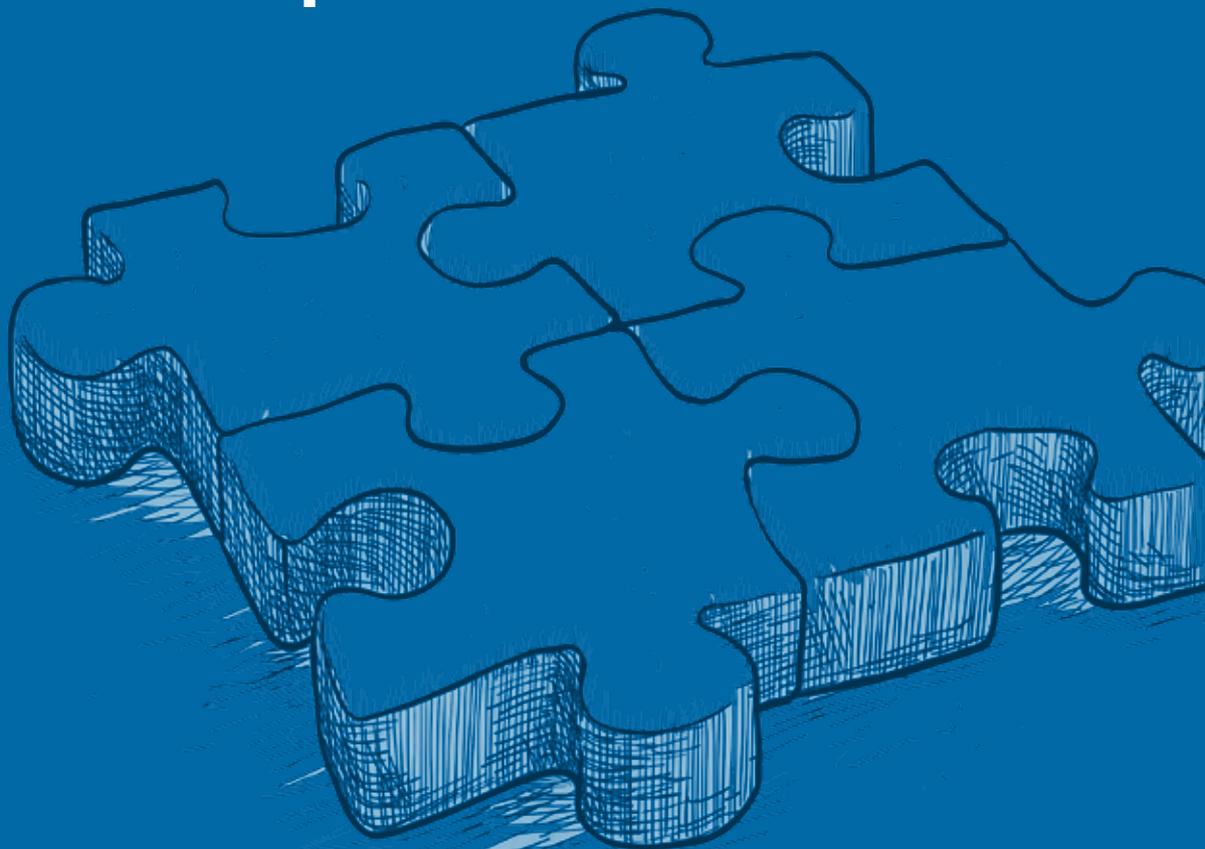


Plan UCM

de formación para el empleo



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE
MADRID



ope OFICINA DE
PRÁCTICAS Y EMPLEO
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID



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

