



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Embajada de Suiza**

**Cooperación Suiza en Bolivia**

## **Proyecto Formación Técnica Profesional**

# **GUÍA DE ORIENTACIÓN OCUPACIONAL**





# GUÍA **DE** ORIENTACIÓN OCUPACIONAL

**“Guía de Orientación Ocupacional”,** Proyecto de Formación técnica profesional de la Cooperación Suiza en Bolivia, 2020.

Marco Antonio Flores Gárate  
**Coordinador del Proyecto FTP, FAUTAPO Coejecutor**

Filomeno Cerezo Chacón  
**Adaptación de contenidos**

Grover Araujo Marín  
**Aportes al contenido del documento**

Alberto Chávez Vargas  
**Diseño e ilustraciones**

El contenido del documento no compromete la opinión de la Cooperación Suiza en Bolivia.

© Está permitida la reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier método convencional o digital, siempre y cuando se haga referencia a Proyecto de Formación técnica profesional de la Cooperación Suiza en Bolivia.

#### **ADVERTENCIA**

El uso de un lenguaje que no discrimine ni marque diferencias entre hombres y mujeres es una de las preocupaciones del proyecto Formación técnica profesional de la Cooperación Suiza en Bolivia. Sin embargo, no hay acuerdo entre los lingüistas sobre la manera de cómo hacerlo en nuestro idioma. En tal sentido y con el fin de evitar la sobrecarga gráfica que supondría utilizar en español o/a para marcar la existencia de ambos sexos, en esta publicación se ha optado por emplear el masculino genérico clásico, en el entendido de que todas las menciones en tal género representan a hombres y mujeres.

# **Presentación**

El Proyecto Formación técnica profesional FTP financiado por la Cooperación Suiza en Bolivia, y ejecutado por la Fundación Educación para el Desarrollo FAUTAPO en los departamentos de Chuquisaca, Tarija, Potosí, Santa Cruz y Pando, en estrecha coordinación con el Ministerio de Educación; tiene como objetivo contribuir a una mayor equidad económica y social, mejorando el acceso al empleo de población vulnerable a la pobreza, priorizando sectores con potencial productivo a través de la formación técnica, tecnológica y capacitación.

El proyecto FTP promueve el desarrollo de conocimientos, habilidades y actitudes en los estudiantes de los centros de formación técnica, de manera que las capacidades logradas en el proceso formativo les permitan obtener mejores oportunidades para acceder al empleo, impulsando de esta manera la inserción laboral y la canalización de servicios no financieros y financieros para el emprendimiento.

El presente texto guía se constituye en un instrumento de apoyo pedagógico para docentes, contiene orientaciones didácticas que permite abordar de forma amigable el desarrollo de la temática de Orientación Ocupacional en el proceso formativo; asimismo, facilita a estudiantes en el análisis del mercado de trabajo, la identificación y búsqueda de oportunidades de empleo, las características del empleo que demandan las empresas, para construir su proyecto ocupacional. El texto está caracterizado por presentar contenidos y ejemplos de fácil aplicación, con un lenguaje sencillo, imágenes y gráficas que ayudan a comprender el contenido.

Ing. Marco Antonio Flores Gárate  
**Coordinador Proyecto FTP**  
**Fundación FAUTAPO**



# ● Índice

●	<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>11</b>
●	<b>CONTENIDOS Y ACTIVIDADES.....</b>	<b>13</b>
●	<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE 1. LA VOCACIÓN.....</b>	<b>15</b>
●	<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE 2. PROYECTO OCUPACIONAL.....</b>	<b>21</b>
	2.1. DIAGNOSTICO.....	24
	2.2. ELABORACION DE MI PROYECTO OCUPACIONAL.....	31
	2.3. PLAN DE ACTIVIDADES.....	33
	2.4. REVISANDO MÍ PROYECTO OCUPACIONAL.....	35
●	<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE 3. LA EMPLEABILIDAD.....</b>	<b>37</b>
	3.1 HERRAMIENTAS Y ESTRATEGIAS PARA LA BUSQUEDA DE EMPLEO.....	40
	3.1.1. Canales de búsqueda de empleo.....	40
	3.1.2. Curriculum Vitae.....	42
	3.1.3. Carta de Presentación.....	45
	3.1.4. Entrevista de Trabajo.....	47
	3.2. ELEMENTOS IMPORTANTES EN EL ÁMBITO LABORAL.....	48
	3.2.1. Derechos y Obligaciones Laborales.....	48
	3.2.2. Contrato De Trabajo.....	50
	3.3 CUALIDADES PERSONALES IMPORTANTES.....	52
	3.3.1. Actitudes.....	52
	3.3.2. Valores.....	53
	3.3.4. Trabajo en Equipo.....	53
	4. LIDERAZGO.....	54
	5. PLANIFICACIÓN.....	56
	BIBLIOGRAFÍA.....	59







## ● Introducción

Los cambios e innovaciones a nivel tecnológico y los nuevos paradigmas productivos y organizacionales han generado modificaciones en la oferta y demanda del mercado laboral que se encuentra en constante desarrollo y transformación. Esto implica una revisión constante sobre las capacidades, habilidades, intereses, identificación de obstáculos internos y externos, lo cual contribuye a la identificación y definición de metas a corto, mediano y largo plazo.

Esto genera retos que debe enfrentar la Formación Técnica para responder a los cambios del mercado laboral, ya sea incorporando contenidos y/o estrategias, en la etapa de formación, que contribuyan a articular la formación al cambiante mundo laboral, de modo que se facilite la inserción de los estudiantes a las prácticas laborales y en el proceso de inserción laboral.

Las acciones de orientación laboral son concebidas como espacios de aprendizaje y acompañamiento técnico, dirigidos a estimular en cada persona la definición y ejecución de un plan de acción a nivel de formación y empleo, centrado en el fortalecimiento de la empleabilidad entendida como la aptitud para encontrar, crear, conservar, enriquecer un trabajo y pasar de uno a otro obteniendo a cambio una satisfacción personal, económica, social y profesional.

La presente guía está orientada a los docentes o facilitadores/as que realizan procesos de formación técnica y capacitación de jóvenes y personas adultas en los Institutos técnico Tecnológicos y Centros de Educación Alternativa; su finalidad es brindar orientaciones didácticas, que permitan abordar de forma amigable el desarrollo de la temática de Orientación Ocupacional en el aula o taller. Está caracterizado por presentar contenidos y ejemplos reales y de fácil aplicación, con un lenguaje sencillo y comprensible, con imágenes y gráficas. Incorpora actividades que contribuyen a aplicar los conceptos desarrollados.





# CONTENIDOS Y ACTIVIDADES

## UNIDAD DE APRENDIZAJE 1. LA VOCACIÓN

CONTENIDO	ACTIVIDAD
1.1. ENFOQUE PSICOLÓGICO 1.2. ENFOQUE EDUCATIVO 1.3. ENFOQUE SOCIOECONÓMICO	1. Utilizando un test psicotécnico. 2. ¿Qué me gusta hacer, qué materia me gusta más? 3. Lectura y reflexión "No trabajes por el sueño de otro"

## UNIDAD DE APRENDIZAJE 2. EL PROYECTO OCUPACIONAL

CONTENIDO	ACTIVIDAD
2.1. DIAGNÓSTICO a) Autodiagnóstico b) Diagnóstico del Entorno	1. ¿Quién Soy Yo? 2. ¿Reconociendo Mis Capacidades? 3. ¿Qué Experiencias y Conocimientos Tengo?
2.2. ELABORANDO MI PROYECTO OCUPACIONAL a) Utilizando aplicación "Descubre tu vocación, decide tu futuro" b) Definiendo metas y objetivos.	4. Construyendo El Árbol Familiar Laboral. 5. ¿Cómo Está El Mercado Laboral? 6. Visitando Lugares de Trabajo. 7. Mi F.O.D.A. Personal.
2.3. PLAN DE ACTIVIDADES 2.4. REVISANDO MÍ PROYECTO OCUPACIONAL	8. Utilizando Aplicación "Descubre tu vocación, asegura tu futuro". 9. Definiendo Metas. 10. Plan de Actividades. 11. Consolidando mi Proyecto Ocupacional

### ● UNIDAD DE APRENDIZAJE 3. LA EMPLEABILIDAD

CONTENIDO	ACTIVIDAD
<b>3.1. Herramientas para la búsqueda de empleo</b>	1. Buscando Trabajo
<b>3.2. Elementos importantes en el ámbito laboral</b>	2. Elaborando mi Currículum.
<b>3.3. Cualidades personales importantes</b>	3. Elaborando una Carta de Presentación.
<b>3.4. Planificación</b>	4. Me entrevistan.
	5. Como ejerce sus derechos Juan.
	6. Realizar un Contrato.
	7. Trabajando en equipo contra el tiempo.
	8. Mi Presupuesto Personal.

# UNIDAD DE APRENDIZAJE

# 1

# LA VOCACIÓN







er.: DUBAI  
ANTACION: 14/05/2012

er.: CIERO

er.: M...  
AUGES...  
PANTACION...

## UNIDAD DE APRENDIZAJE

# 1

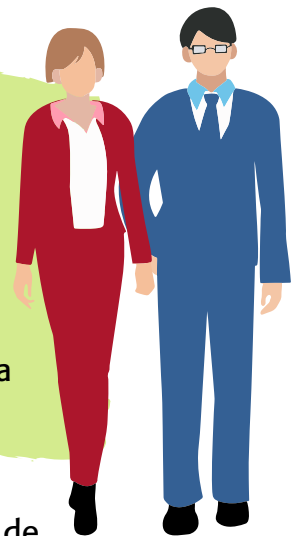
# LA VOCACIÓN

La vocación está relacionada con los anhelos y con aquello que resulta inspirador para cada persona. Se supone que la vocación concuerda con los gustos, los intereses y las aptitudes de la persona.

La vocación también es considerada como un proceso que se desarrolla durante toda la vida, ya que se construye de forma permanente. Implica descubrir quién soy, cómo soy y hacia dónde quiero ir. Las respuestas a esos interrogantes marcarán la vocación y el camino a seguir por el individuo.

La orientación vocacional se aborda desde diferentes enfoques:

- **Psicológico:** Considera principalmente el bienestar personal.
- **Educativo:** Tiene en cuenta el sistema educativo del país, la educación debe transformarse de acuerdo a las necesidades y oportunidades de la sociedad.
- **Socioeconómico:** Debe lograr que las personas colaboren para el progreso, el desarrollo social y económico del país.

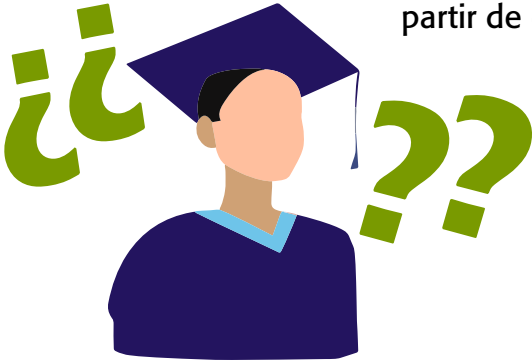


Por su parte, el término **“orientación”** hace referencia a la acción de colocar algo en una posición determinada. En este contexto, la orientación también es el acto de informar a alguien sobre un asunto, de manera que dicha información le sirva como pauta o guía para emprender acciones.








## 1. ENFOQUE PSICOLÓGICO

En el enfoque psicológico se aborda comúnmente explorando los intereses de la persona a partir de la aplicación de pruebas psicométricas, y en ocasiones, a partir de entrevistas a profundidad, permiten evaluar desde los distintos perfiles de personalidad, actitudes o rendimiento, hasta preferencias concretas.



### ● Actividad N° 1 - Utilizando un test psicotécnico

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Se busca conocer a cada uno de los integrantes se acerquen a descubrir su vocación e inclinación natural.	 Test psicotécnico  lápices	 45 minutos
<b>INSTRUCCIÓN</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Para acceder al link escanear el código QR.  <a href="https://www.psicotecnicostest.com/">https://www.psicotecnicostest.com/</a> </li> <li>2. Leer detenidamente el test y llenar con respuestas espontáneas.</li> <li>3. Evalúa y comenta en grupos tus resultados.</li> </ol>		







## 2. ENFOQUE EDUCATIVO

Desde el ámbito educativo, implica motivar a los y las estudiantes a aprender a aprender, acompañarlos en su proceso de aprendizaje para la vida, y exhortarlos a ser partícipe de su propia formación. Este es el elemento fundamental de la vocación como valor imprescindible en el desarrollo de las personas.

La vocación debe ser el hilo conductor e ineludible de la acción educativa, por lo que la educación tiene la función de iluminar; la vocación que puede estar dormida y de repente se despierta ante algún estímulo que le ofrece el sistema educativo. La educación debe brindar un abanico de saberes que se consideran básicos y de cultura general, dentro de los cuales el estudiante debe reconocer cuáles son los que desea profundizar de modo teórico-práctico para que lo acompañen en el resto de su vida laboral.



### ● Actividad N° 2 - ¿Qué me gusta hacer, qué materia me gusta más?

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Se busca conocer a cada uno de los integrantes se acerquen a descubrir su vocación e inclinación natural.	 Listado de materias del colegio  lápices	 15 minutos

#### INSTRUCCIÓN

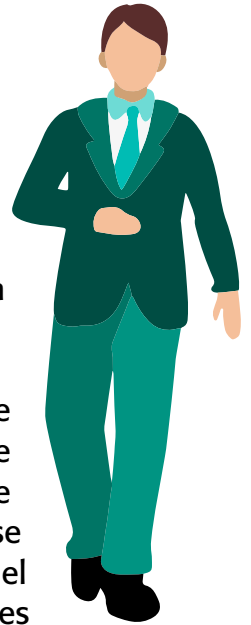
1. Completar el listado de materias.
2. Asignarle una valoración.
3. Comentar en grupos los resultados.

No.	Materia	😊	😐	😞
1.	Matemáticas			
2.	Lenguaje			
3.	Sociales			
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

### 3. ENFOQUE SOCIOECONÓMICO

En el enfoque socioeconómico, la vocación como fuerza que nos impulsa a hacer algo, como aquello que nos hace felices naturalmente, cuando se articula y orienta a llevarnos a desempeñar una profesión o carrera, nos potencia como individuos. La vocación se convierte en el fuego que impulsa el desarrollo personal. La inteligencia radica en convertir esta energía vital en nuestra forma de trabajo.

El inicio de la trayectoria profesional está marcado por la elección de la carrera, la profesión que se decida ejercer, está ligada a la vocación que se posee, es decir, aquello que realmente nos guste hacer. Cuando no se tiene claro cuál es la verdadera vocación, la elección de carrera puede volverse complicada, por eso para descubrir aquello que realmente nos apasiona, el primer paso es identificar cuáles son nuestras fortalezas, habilidades e intereses para enfocarlas al ámbito profesional con éxito.



*“Tomar las riendas de sus vidas y asumir las consecuencias de dichas decisiones”.*

#### ● ACTIVIDAD N° 3 - Lectura y reflexión: “No trabajes por el sueño de otros”



*Esta es una de las frases más famosas de Steve Jobs. Él fue el mayor ejemplo de superación y de lucha por un propósito. Pero lo que nadie sabe es que durante años no supo que quería hacer con su vida.*

*No sabía explicar su propósito, simplemente dejó de oír a los demás y comenzó a trabajar en su intuición desde el garaje de sus padres.*

*Lo que tenía seguro es que no iba a trabajar para otra persona.*

*Si empiezas a ofrecer tu tiempo a cambio de dinero **haciendo algo que odias**, entrarás en un bucle y te será muy difícil salir de él.*

*Una buena metáfora es la conocida **rueda del hámster**. Dónde giras y giras para conseguir un propósito concreto pero nunca consigues salir de ella con éxito. Es una trampa, es la sociedad en la que vivimos.*

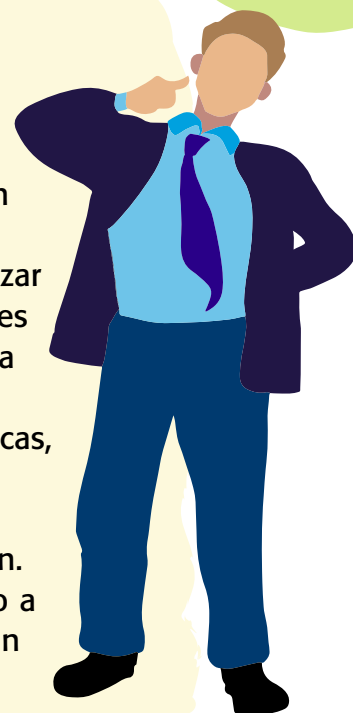
*Es obligatorio, en estos casos, parar para **tomar perspectiva** sobre tu vida y analizar qué es lo que realmente te gusta hacer. Cuando menos lo esperes, aparecerán las oportunidades que estabas esperando.*

*Pero si te encuentras ocupado trabajando por el sueño de otra persona, no tendrás tiempo para el tuyo o, simplemente **no te darás ni cuenta** de las oportunidades que se presentan ante ti.*

### ● **¿Cómo descubrir mi talento?**

- 1) Haz una lista de todo lo que te gusta hacer, de eso que haces sin necesidad de que te lo pidan u ordenen.
- 2) Una vez hecha la lista, revisa cuáles de esas cosas te generan mayor placer.
- 3) De las que te generan mayor placer, identificas cuáles puedes realizar de una manera destacable. Piensa cuáles de esas actividades puedes realizarlas mejor y con mayor calidad y rapidez que la mayoría de las personas.
- 4) Revisa cuáles de esas actividades en las que realmente te destacas, pueden de alguna manera serle útil a otras personas.

Estos 4 pasos te ayudarán a descubrir tu talento, en ese preciso orden. Y no olvides que si tu talento no puede aportar algo a la sociedad o a las personas que te rodean, no puede ser considerado realmente un talento.





**UNIDAD DE  
APRENDIZAJE**

**2**

**PROYECTO  
OCUPACIONAL**

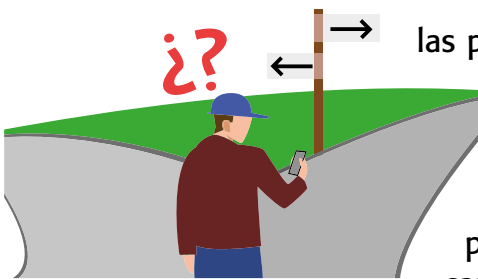




## UNIDAD DE APRENDIZAJE

# 2

# PROYECTO OCUPACIONAL



El Proyecto Ocupacional, orienta la formación, al hacer que las personas construyan su trayecto laboral a partir de conjugar sus capacidades y necesidades con las que el contexto requiere. Se entiende por Proyecto Ocupacional al conjunto de acciones que una persona define, planifica, ejecuta, revisa y re-planifica con vistas a lograr una inserción productiva (empleo y/o emprendimiento) a partir de sus capacidades, saberes y otros previamente identificados.

Se plantea las siguientes fases dentro del Proyecto Ocupacional:

- **Diagnóstico:**

Se busca valorar la situación de partida a nivel individual y social, para poder actuar y transformarla, de manera que se mejore la calidad de vida, a través del incremento en los ingresos, mejores condiciones laborales y personales.

- **Definición de metas y objetivos:**

En esta fase articularemos las metas y objetivos a alcanzar, a través de la identificación de las diferentes necesidades; para lo cual debemos trazar el camino a seguir.

- **Plan de actividades:**

En la elaboración del plan de actividades se debe trazar las tareas, tiempos y recursos para alcanzar las metas definidas, teniendo mayor conciencia de las capacidades, habilidades y la demanda laboral del contexto.





Es un proceso dinámico y abierto, que incluye la evaluación o monitoreo de la ejecución del mismo, para poder realizar ajustes o modificaciones si se requiere.

## 2.1. DIAGNÓSTICO

Esta unidad temática busca realizar un diagnóstico, es decir evaluar o calificar, la situación tanto interna como externa del individuo. En principio se deberá analizar la situación de partida individual, en la que deberán identificar las potencialidades, debilidades, la trayectoria laboral individual, el árbol genealógico familiar, el auto concepto, la autoestima y otros pilares que potencializaran el autodiagnóstico.

En una segunda fase se deberá realizar un diagnóstico del entorno, de aquellas oportunidades y amenazas que pueden presentarse en el trayecto hacia la realización del proyecto ocupacional.

*“Conocer a otros es inteligencia, conocerse a sí mismo es sabiduría. Manejar a otros es fuerza, manejarse a sí mismos es verdadero poder”.*

### a) Autodiagnóstico

El proceso de autodiagnóstico se refiere a la realización de una evaluación sobre las características individuales de cada persona, lo que permitirá dar inicio a la construcción del proyecto ocupacional; esta etapa es de mayor trabajo, ya que en esta se debe indagar sobre:

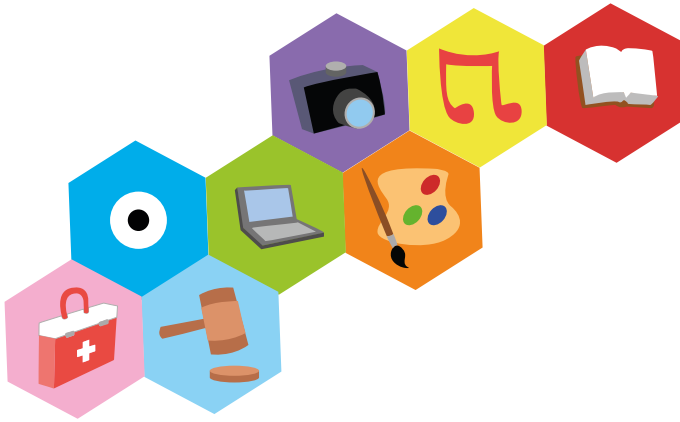
- ¿Quiénes somos?
- ¿Qué sabemos hacer?
- ¿Con que recursos contamos?
- ¿Cuáles son nuestros saberes y habilidades?

A través de diversas actividades se trabajara los siguientes pilares:

- Identificación de los intereses y motivaciones en relación al trabajo y la formación.
- El análisis de las capacidades, saberes, experiencias y habilidades.












- La caracterización de la situación de vida, en particular de su situación respecto al trabajo
- Realización de un balance entre sus capacidades e intereses y, las posibilidades de trabajo que ofrece el contexto.





### ● Actividad N° 1 - "¿Quién Soy Yo?"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Se busca conocer a cada uno de los integrantes del grupo de clase y confraternizar, para crear vínculos.	 Hojas bond tamaño carta  lápices  marcadores	 40 minutos

#### INSTRUCCIÓN

1. Dibujar en la hoja en blanco un autorretrato
2. Presentar en grupo el autorretrato realizado, indicando cuál es su nombre completo, edad, lugar de nacimiento y fecha de cumpleaños.

### ● Actividad N° 2 - "¿Reconociendo Mis Capacidades?"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Identificar las habilidades, conocimientos y virtudes que cada individuo conoce.	 Pliegos de papel sábana  marcadores	 30 minutos

#### INSTRUCCIÓN




1. Se divide a la clase en grupos de 4 integrantes como máximo, se reparte los papelógrafos y marcadores a cada grupo.
2. Cada integrante deberá identificar una habilidad, conocimiento y virtud que el posea.
3. Una vez que todos aporten, deberán escribirla en el papelógrafo entregado.
4. Por grupos expondrán sus papelógrafos, valorizando el potencial que cada individuo aporta al grupo de trabajo.

■ **CONOCIENDO MI TRAYECTORIA LABORAL**

Todas las personas viven una serie de experiencias que van formando y enriqueciendo, a cada ser humano, las cosas que se viven son parte de un aprendizaje que se acumula a lo largo de los años. Estos aprendizajes dejan ciertas habilidades que en muchos casos sirven como base para iniciar la vida profesional u ocupacional.



● **Actividad N° 3 - "¿Qué experiencias y conocimientos tengo?"**

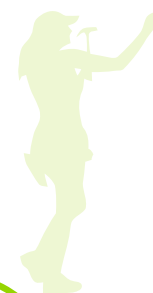
OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Valorizar las habilidades y destrezas adquiridas en el transcurso de la vida.	 bolígrafos	 20 minutos

**INSTRUCCIÓN**

Completar la hoja de trabajo de acuerdo a las experiencias laborales que haya adquirido el participante, incluyendo actividades que haya realizado desde niño/a.



<b>"TODAS TUS EXPERIENCIAS TE PUEDEN SERVIR AHORA"</b>	
EXPERIENCIAS	IMPORTANCIA DEL 1-10









## b) Diagnóstico del Entorno

### ■ CONOCIENDO LA HISTORIA LABORAL DE MI FAMILIA

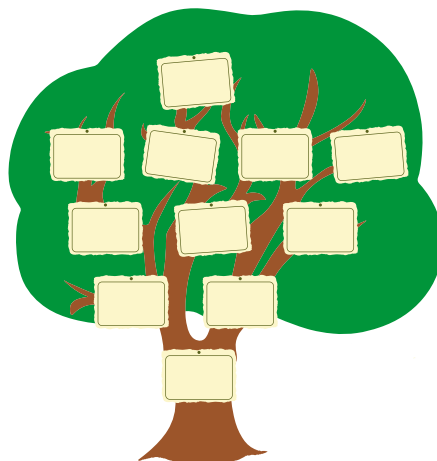
Muchas veces no nos damos cuenta cuánta influencia familiar se ha recibido para la elección de una ocupación y qué tan importante es en el desempeño profesional de cada persona.

#### ● Actividad N° 4 - "Construyendo El Arbol Familiar Laboral"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 <p>Conocer y valorar los antecedentes familiares laborales, como parte de su conocimiento del mercado laboral.</p>	 Papel sábana  colores, marcadores  hojas de color  pegamento/tijeras	 <p>50 minutos</p>

#### INSTRUCCIÓN

1. Se dibuja un árbol (como se presenta en la imagen inferior)
2. Se motiva al grupo a rememorar la genealogía familiar identificando las ocupaciones que desempeñaron.
3. Se anotan los nombres y ocupaciones según el grado genealógico en la gráfica del árbol.
4. Se realiza una Plenaria de reflexión y valoración del árbol construido








## ■ CONTEXTO LABORAL

El desarrollo del autodiagnóstico para la construcción del Proyecto ocupacional debe ir acompañado del análisis de lo que pasa en el mundo del trabajo y en el contexto. Es importante contar con información y herramientas para conocer y comprender:

- Los cambios en el mundo del trabajo, sus consecuencias, exigencias y posibilidades.
- Tendencias e informaciones generales sobre el mercado de trabajo.
- Quienes ofrecen y quienes demandan trabajo y cuáles son las negociaciones posibles entre ellos.
- Otras alternativas de generación de empleo.

### ● Actividad N° 5 - ¿Cómo está el Mercado Laboral?"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 <p>Conocer las características demandas en el mercado laboral para la construcción del Proyecto Ocupacional.</p>	 papel sábana  colores, marcadores  anuncios de periódicos o convocatorias de trabajo	 <p>20 minutos</p>

#### INSTRUCCIÓN

1. Conformar grupos de 4 personas como máximo y distribuir el material de trabajo.
2. Cada grupo poseerá varios avisos, los cuales deberá analizar y vaciar los datos requeridos a la tabla de avisos.
3. Por grupo se socializara los resultados

TABLA DE AVISOS

AVISOS	EMPRESA	PUESTO SOLICITADO	REQUISITOS	COMO POSTULARSE
AVISO N° 1				
AVISO N° 2				
AVISO N° 3				
AVISO N° 4				
AVISO N° 5				

## ● DIÁLOGO “REQUERIMIENTOS Y POSIBILIDADES DE EMPLEO EN EL MERCADO DE TRABAJO”

Esta actividad permite a los estudiantes, obtener información importante con respecto al mercado de trabajo, la cual es fundamental en la construcción del Proyecto Ocupacional.







Algunas ideas a tomar en cuenta:

- Tendencias en el Mercado Laboral
- Oferta y Demanda Laboral
- Competencias Requeridas por el Mercado de Trabajo
- El Aprendizaje Permanente
- Conceptos de: redes, asociatividad, adaptabilidad y cooperación
- El trabajo independiente o autoempleo, destacando características deseables en las personas que quieran dedicarse a este tipo de trabajo: estudios de mercado, las microempresas, producción y comercialización de los productos o servicios.

## ● VISITANDO LUGARES DE TRABAJO

Con la finalidad de acercarse a un diagnóstico más preciso del entorno productivo, es conveniente hacer posible la visita de los estudiantes a los centros de producción, con la finalidad de que tengan una vivencia más cercana a las diferentes ocupaciones y las condiciones en las que se realizan.

### ● Actividad N° 6 - “Visitando Lugares de Trabajo”

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Conocer las características del proceso productivo del rubro en el que se capacitarán para ayudar a la toma de decisión del rubro elegido.	 Tabla centralizadora  Bolígrafos	 60 minutos

#### INSTRUCCIÓN

1. Se organizarán para realizar una visita a una empresa, taller o institución que brinde los servicios de la carrera cursada, de manera que se pueda tener una experiencia cercana a las funciones que la persona desarrollara una vez concluida la carrera.
2. Una vez en el aula, se deberá completar la hoja de trabajo respectiva.
3. Se socializará, de manera voluntaria, las conclusiones de la visita a las empresas.

## ■ Identificando mis fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas:




El FODA personal es una matriz con 4 secciones (Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades) estas se pueden englobar en 2 partes:



- Análisis interno. En esta parte nos centraremos en nosotros, identificando nuestras **Debilidades y Fortalezas**, información que nos permita realizar estrategias que nos ayuden a mejorar.
- Análisis externo. Que comprende las **Oportunidades y Amenazas**, que uno debe considerar para actuar en el entorno socio productivo.

Se recomienda desarrollar con los estudiantes la siguiente actividad:

### ● Actividad N° 7 - "Mi F.O.D.A. Personal"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Centralizar todos los elementos analizados en esta etapa del diagnóstico.	 bolígrafos	 25 minutos

#### INSTRUCCIÓN

Se pide a los participantes que vayan identificando sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas, de acuerdo a lo trabajado en las anteriores sesiones.

### CUADRO F.O.D.A.

<b>IDENTIFIQUEMOS NUESTRAS FORTALEZAS</b> (Lo que tenemos hoy de ventaja)	<b>IDENTIFIQUEMOS NUESTRAS OPORTUNIDADES</b> (Lo que en el futuro cercano pudiera ser nuestra ventaja, si lo sabemos utilizar)
<b>IDENTIFIQUEMOS NUESTRAS DEBILIDADES</b> (Nuestra desventaja o deficiencia que nos impide avanzar)	<b>IDENTIFIQUEMOS NUESTRAS AMENAZAS</b> (Lo que se constituye un peligro que puede destruirnos)

## 2.2. ELABORACION DE MI PROYECTO OCUPACIONAL

En esta unidad temática se trabajara sobre la elaboración de un proyecto ocupacional que permita plantearse objetivos y metas respecto a la carrera de elección; para alcanzar el objetivo final que será la concreción del proyecto ocupacional. Para esto se debe definir un plan de acción, que guie los pasos a seguir, es importante tomar en cuenta todo lo identificado en la anterior unidad temática.

*"Toma tu vida en tus manos, la vida no cuenta los pasos que has dado sino las huellas que has dejado".*

### a) Utilizando la aplicación "Descubre tu vocación, decide tu futuro".

Se recomienda desarrollar con los estudiantes el ejercicio de utilizar la aplicación móvil "**Descubre tu vocación Descubre tu futuro**".

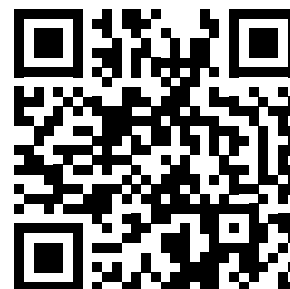
Descubre tu vocación decide tu futuro es una aplicación que contiene pruebas rápidas que permitirán identificar los intereses, aptitudes y habilidades.

La aplicación brinda resultados inmediatos con áreas de interés para la elección de su carrera.

Informa sobre las carreras u oficios de Institutos Técnicos Tecnológicos, Centros de Educación Alternativa y Universidades.

Se puede descargar para computadoras escaneando el código QR o ingresando a la siguiente dirección:

<https://oev-app.firebaseio.com>



Para equipos móviles, descargar de PLAY STORE, la aplicación **Descubre tu Vocación Decide tu Futuro**





## a) Definiendo metas y objetivos

**OBJETIVO.-** Significa el fin al que se desea llegar, es lo que impulsa al individuo a tomar decisiones o perseguir sus aspiraciones, propósitos en la vida.

**META.-** Es un propósito a cumplir que ayudara a alcanzar un objetivo planteado



Dentro de todo el proceso desarrollado uno de los aspectos centrales es la definición de objetivos a corto y mediano plazo, para la proyección con relación a su vida y trabajo.

Cuando las personas se plantean metas deben considerar aspectos relacionados con lo cotidiano que pueden trabar su logro. Del mismo modo, en ese análisis, pueden reconocer recursos o caminos para destrabarlos. Esta identificación de obstáculos y facilitadores es una tarea necesaria para determinar la factibilidad del logro de las metas propuestas en los proyectos ocupacionales.

Se deben considerar aspectos de la vida cotidiana que permitirán obstruir y/o facilitar la realización del proyecto, tales como:

- Disponibilidad de tiempo
- Posibilidad de reorganizar el tiempo propio
- Disponibilidad de recursos para encarar el proyecto (movilidad, acceso a acciones y materiales de formación, espacio físico adecuado para realizar actividades o estudio, vestimenta y otro).
- Organización de la vida familiar (arreglo de la casa, atención de niños/as, acuerdos con los integrantes del grupo familiar).

### ¿Qué significa definir metas?

Es un propósito que se desea cumplir en un lapso definido de tiempo. Es necesario tomar en cuenta que para la redacción de un objetivo e debe tomar en cuenta que los mismos deben ser:





- Específicos
- Medibles
- Realistas
- Tiempo definido
- Alcanzables



Uno de los elementos más determinantes de proyecto ocupacional es la definición de los objetivos a corto y mediano plazo.



### ● Actividad N° 8 - “Definiendo Metas”

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Definir el objetivo del proyecto ocupacional, tomando en cuenta el análisis de la elección ocupacional realizada.	 Tabla centralizadora  Bolígrafos	 30 minutos

#### INSTRUCCIÓN

##### META

¿Qué queremos lograr?

¿En cuánto tiempo?

##### RECURSOS

¿Con qué recursos materiales y humanos contamos?

##### CONOCER

¿Qué necesito saber?

##### HACER

¿Qué habilidades debo tener?

##### SER

¿Qué actitudes debo cultivar?

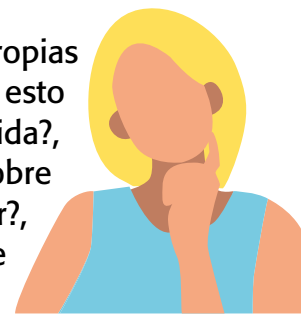
¿Es viable y posible alcanzar esta meta?

## 2.3. PLAN DE ACTIVIDADES

Tratar de alcanzar las metas sin un plan, es cómo manejar por territorio desconocido sin un mapa. Las metas que no se escriben no son realmente metas, son meras fantasías. La diferencia entre un sueño y una meta realizable es que la meta tiene fecha. Si desea alcanzar sus metas en el menor tiempo posible y disfrutar del viaje, comience por escribirlas como pasos con fechas para ser logradas. Y manténgase realista, es preferible dar varios pasos cortos que aumenten nuestra confianza y seguridad, y nos permitan ver con mayor claridad el camino hacia nuestra meta final.






El plan de acción busca que el individuo tome su vida en sus propias manos, para proyectarla hacia delante y tomar serias decisiones, por esto en el camino pueden surgirle ciertas preguntas: ¿Qué hago yo con mi vida?, ¿qué valores, actitudes o comportamientos voy a apoyar en mi vida?, ¿sobre el egoísmo?, ¿la explotación de los otros? o ¿sobre el servicio?, ¿el amor?, ¿la justicia, ¿la sencillez?, según el tipo de respuestas que escojan, puede dar uno u otro sentido a sus vidas.



A continuación, se sugiere la siguiente actividad, la cual contribuye a que los participantes ordenen sus ideas, en lo que respecta al plan del Proyecto Ocupacional.

**● Actividad N° 9 - "Plan de actividades"**

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Elaborar un plan de actividades que guie los pasos a seguir para ejecutar el proyecto ocupacional.	 tabla centralizadora bolígrafos	 60 minutos

**INSTRUCCIÓN**

Una vez definidas las metas e identificadas las estrategias, para hacerlas viables llega el momento de trazar el plan de actividades para implementar el Proyecto Ocupacional.  
Un buen plan de actividades debe tener en cuenta el tiempo, es decir debemos trabajar en la realización de un cronograma de actividades, considerar los recursos necesarios para su implementación y todo aquellos que nos lleve a cumplir nuestras metas.

**PLAN DE ACTIVIDADES**

Para los próximos..... (plazo de tiempo determinado)

Me propongo lograr el siguiente objetivo: .....

Para lograr este objetivo voy a tener que realizar las siguientes actividades (en orden de prioridades)

N°	ACTIVIDAD	RECURSOS	CRONOGRAMA														
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
1	Requiero ordenar mi vida (Cuaderno de apuntes/ Agenda, Reloj despertador)	25 Bs	x														
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	

## 2.4. REVISANDO MÍ PROYECTO OCUPACIONAL

Para el cumplimiento de los objetivos y metas propuestas en el Proyecto Ocupacional, es importante realizar evaluaciones periódicas, para ajustar, modificar parcialmente o realizar cambios importantes; todo en función de la revisión que haga, ver que se ha conseguido, cuánto se ha avanzado, evaluar los obstáculos encontrados, etc.

Esta práctica nos permitirá evitar frustraciones y grandes equívocos, puesto que oportunamente nos permitirá re-direccionar o afirmar los pasos dados.

En el siguiente ejercicio se plantea responder las siguientes preguntas para revisar y consolidar el Proyecto Ocupacional.



### ● Actividad N° 10 - Consolidando Mi Proyecto Ocupacional

PREGUNTA	RESPUESTA
¿Qué quiero alcanzar con mi Proyecto Ocupacional?	
¿Por qué?	
¿Para qué?	
¿Dónde?	
¿Cómo?	
EVALUANDO MI TRAYECTO	
¿En qué medida estoy más capacitado para tener un empleo?	
¿Cómo voy superando mis problemas familiares?	
¿Qué otros problemas se me han presentado? ¿Cómo los supero?	



# UNIDAD DE APRENDIZAJE

## 3

# LA EMPLEABILIDAD







# LA EMPLEABILIDAD

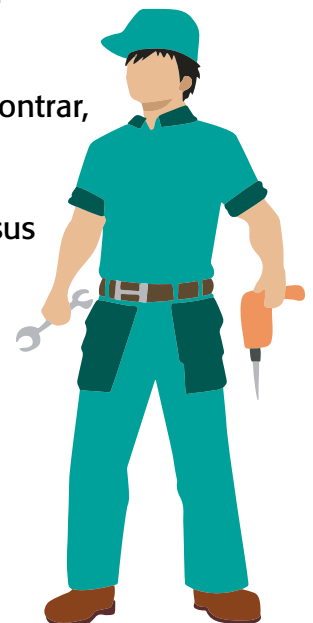
## ■ ¿Que entendemos por empleabilidad?

El concepto de empleabilidad se refiere a un conjunto de capacidades de adaptación de las personas a las variaciones y condiciones de la demanda de trabajo. Puede considerarse como un “antídoto” del desempleo para aquellas personas que no cuentan con perfiles ocupacionales adecuados al mercado de trabajo.

El desempleo y subempleo tienen causas estructurales y macro económicas por lo tanto la empleabilidad no es suficiente para conseguir empleo o emprender el suyo propio, sin embargo sin el desarrollo de la empleabilidad las oportunidades de inserción laboral de las personas, se reducen significativamente.

La empleabilidad y las competencias van de la mano, buscando que las personas desarrollen capacidades para:

- Mantenerse activos y productivos, a lo largo de la vida: encontrar, conservar y cambiar de empleo.
- Adaptarse a los cambios
- Identificar los obstáculos internos y externos para el logro de sus objetivos.
- Reconocer y valorar sus habilidades y destrezas



## ■ Desarrollo del espíritu emprendedor

La empleabilidad no debe ser entendida solo en su dimensión de desarrollo de capacidades para un empleo dependiente, sino que está relacionada también con el desarrollo del espíritu emprendedor como la capacidad de producir el cambio en la sociedad. En nuestro país, un alto porcentaje de las personas y principalmente las y los jóvenes deben crear y emprender sus propias fuentes de trabajo desarrollando su empleabilidad y fortaleciendo sus capacidades sociales y productivas para crear modos de vidas sostenibles.

La empleabilidad esta entonces asociada al establecimiento de una cultura emprendedora que permita que se busquen alternativas dignas, decentes, sostenibles y productivas desde el auto-empleo.

### 3.1 HERRAMIENTAS Y ESTRATEGIAS PARA LA BUSQUEDA DE EMPLEO

Para poder obtener un trabajo en el ámbito laboral, existen diversos instrumentos, medios y canales por los cuales se puede obtener un empleo; por esto esta unidad temática propone conocer las diferentes herramientas y/o instrumentos que se utilizan para llevar a cabo una búsqueda de empleo efectiva que proporcione resultados óptimos en el mercado laboral.

*"No hay absolutamente ninguna otra forma de triunfar en la vida sino es por el constante esfuerzo".*



La búsqueda de empleo es un proceso por el que las personas se insertan en el mundo laboral, ello implica tener un objetivo profesional, es decir metas y objetivos planteados dentro del proyecto ocupacional. Toda persona aspira a insertarse en el mercado laboral con el fin de poder obtener un trabajo con el que no solo se consigan beneficios de tipo económico, sino también profesional y personal.

#### 3.1.1. Canales de búsqueda de empleo

Son los diferentes ámbitos en los que es posible buscar y encontrar demandas de trabajadores/as, puestos de trabajo, contactarse con otras personas para iniciar una actividad productiva de bienes o servicios.

Existen dos tipos de medios:








- a. **Medios Informales.** Son contactos personales o contactos que pueden ofrecer personas conocidas. En este último caso es importante contar con una carta de recomendación que puedan darte empleadores anteriores.
- b. **Medios Formales.** Son anuncios de requerimiento de personal que salen de los siguientes canales:
- Instituciones públicas.
  - Avisos clasificados.
  - Agencias de empleo.
  - Bolsas de trabajo, pueden pertenecer a cámaras empresariales, instituciones educativas, asociaciones civiles.



Actualmente es posible realizar una búsqueda laboral a través de internet, ya que existen varios "sitios" que tienen este tipo de información. Para encontrarlas se puede introducir en el buscador palabras clave, como por ejemplo: "búsqueda de empleo", "agencia de colocación", "bolsa de trabajo", otros.



### ● Actividad N° 1 - "Buscando Trabajo"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 <p>Encontrar avisos de trabajo relacionado a labores que pudieras desempeñar.</p>	 Periódicos  Marcadores  Papel sábana	 <p>40 minutos</p>

#### INSTRUCCIÓN

1. Formar grupos de cuatro personas como máximo, cada grupo debe contar con anuncios clasificados.
2. Cada grupo deberá buscar tres avisos de trabajos y volcarlos a un papelógrafo, identificando el puesto, las capacidades, la formación y la experiencia que solicita el mismo.

### 3.1.2. Curriculum Vitae

La hoja de datos personales o Curriculum vitae es un resumen de lo que ofreces al empleador/a: datos personales, formación y experiencia. Esta información es lo que el empleador espera de ti. En este punto se vuelve a recomendar una auto – evaluación previa, para conocer nuestras actitudes, aptitudes, puntos fuertes y débiles, hábitos y logros, nos permitirá hacer un buen Curriculum Vitae.

El objetivo del currículum es conseguir una entrevista de trabajo, y una entrevista de trabajo tiene como propósito lograr “un empleo”. Sólo si se ha elaborado bien el currículum se accederá a la entrevista.

La hoja de vida debe incluir:

#### ■ Datos Personales

En primer lugar debe incluir la información que corresponde a la persona:

- Nombre y apellidos completos
- Lugar y fecha de nacimiento
- Documento de identidad
- Estado civil
- Dirección domiciliaria
- Número de teléfono domiciliario, celular personal
- Correo Electrónico.

#### ■ Estudios Realizados

En segundo lugar, deben describir los estudios realizados, los más relevantes y relacionados a la demanda de trabajo:

- Nombre de la escuela, lugar y años en que cursó el ciclo primario.
- Nombre del colegio, lugar y fechas de estudios secundarios.
- Estudios realizados, con lugares, fechas y bajo qué condiciones (instituciones auspiciadoras, niveles de conocimiento adquirido, etc.).
- Aquí debe anotar todos los estudios que haya realizado, incluso cursos de capacitación cortos.



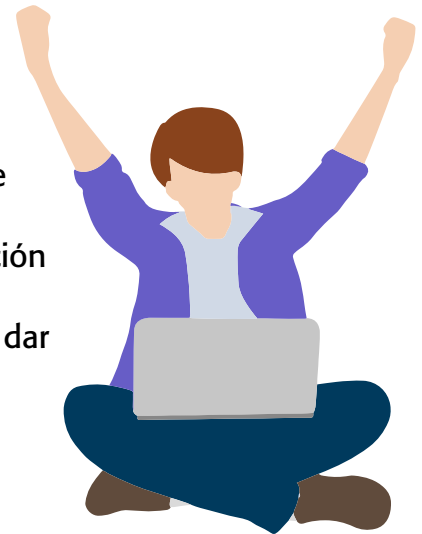
## ■ Experiencia Laboral

En tercer lugar, va la descripción de la experiencia laboral:





- Donde ha trabajado, en que ocupaciones y durante cuánto tiempo; si ha recibido distinciones en el desempeño de sus labores, etc.

## ■ Otras Referencias

- Si ha ocupado un cargo importante en alguna institución, sea remunerada o en calidad de voluntario.
- Si cuenta con certificados o diplomas de distinción por acciones realizadas.
- Referencias laborales y personales: Debes dar referencias de personas que te conocen.
- Su dirección, teléfono y ocupación



### ● Actividad N° 2 - "Elaborando Mi Currículum"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Redactar mi currículum de acuerdo a una solicitud de trabajo.	 Periódicos  Papel tamaño carta	 40 minutos

#### INSTRUCCIÓN

1. En función al ejemplo y formato que sigue, construir individualmente su currículum.

Ejemplo:



<b>CURRICULUM VITAE</b>			
<b>DATOS PERSONALES</b>			
<b>Nombre y Apellidos</b>	Marcia Alcira Capiona Saravia		
<b>Carnet de Identidad</b>	3133448 Cbba.		
<b>Edad</b>	37 años		
<b>Lugar y fecha de nacimiento</b>	La Paz, 05 de junio de 1967		
<b>Dirección</b>	Calle Oruro No. 505		
<b>Celular</b>	76124314 - 76216506		
<b>Email</b>	marciaacs@gmail.com		
<b>Formación Académica</b>			
Bachiller en Humanidades	Colegio San Martín de Porres. 1995		
Técnico Medio en Confección textil	CEA Jorge Vargas Mendiña 1997		
<b>Experiencia Laboral</b>			
<b>Institución</b>	<b>Trabajo Realizado</b>	<b>Inicio</b>	<b>Fin</b>
Parroquia Santa Maria de los Angeles	Instructora en: Confección Industrial de cortinas y edredones Confección de ropa deportiva	01/01/98	31(/12/98
FIE	Instructora en: Confección Industrial de cortinas y edredones Confección de ropa deportiva	01/02/99	25/04/00
INFOCAL La Paz	Instructora en: Confección de cortinas y edredones	28/06/99	14/10/05
MYPE 2000	Instructora en: Operatividad de máquinas	01/01/00	31/07/00
PRODESARROLLO	Instructora en el penal de San Pedro, Centro de Orientación Femenina Obrajes y Miraflores	03/04/01	12/07/05
CETA J.T.	Facilitadora Taller de Confección Textil	26/03/06	20/11/13

### 3.1.3. Carta de Presentación




La carta de presentación es un saludo, un contacto inicial, que permite darte a conocer y dirigirte a la empresa o empleador. El objetivo es atraer la atención del seleccionador de forma que le permita formarse una primera impresión sobre si el historial profesional es idóneo para la vacante a cubrir. En ella debes explicar tu deseo de trabajar y de forma muy corta dar algunas referencias de tu experiencia laboral.

#### ■ Instrucciones para redactar una carta:

En la parte superior derecha deberás poner el nombre de la ciudad donde vives y la fecha, a la izquierda va el nombre de la empresa o de la persona que es responsable de contratar el personal y su dirección. Debajo un saludo con el que inicias la comunicación. En el texto de la carta explicas el motivo por el que te diriges a ellos, como te enteraste de la oferta de empleo y tu interés por ofrecer tus servicios. De forma resumida debes poner lo más importante de tu experiencia, las razones por las que piensas podrías ocupar ese puesto. Debes vender bien tus ventajas para el empleo al que postulas. Despedida, firma, datos, domicilio y teléfono donde pueden ubicarte. Algunas personas tienen formularios para que llenes con los datos de estudio y experiencia laboral. Si es así, lee con cuidado el formulario, escribe con buena letra revisando tus papeles para no equivocarte.



#### ● ACTIVIDAD N° 3 - "Elaborando una carta de presentación"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Redactar una carta de presentación de acuerdo a una solicitud de trabajo y el currículum.	 Papel tamaño carta	 40 minutos

#### INSTRUCCIÓN

1. En función al ejemplo y formato que sigue, construir individualmente su carta de presentación.
2. Enviar la carta acompañado del currículum y respaldos, en forma digital al correo.

Ejemplo:

Sucre, 22 de junio de 2020

**Señores**  
**Federación de Empresarios Privados de Chuquisaca**  
**Calle Ayacucho 352**

Presente.-

Distinguidos Señores:

Con referencia a su anuncio para contratar un operario de tractor, publicado en Correo del Sur el día 18 de junio, me permito presentar todos los documentos requeridos para el cargo.

Por mi formación y experiencia laboral considero estar capacitado para ese puesto de trabajo. Tengo estudios de formación técnica y cursos de capacitación en el área de construcción, hace un mes finalicé un curso de control de calidad en CONCRETEC, tres años fui operario tractor oruga y retroescavadora en la empresa Cremer en Buenos Aires – Argentina.

Adjunto a esta nota, mi Curriculum vitae así como todos los certificados solicitados en el anuncio.

Agradeciendo su atención a la presente y en espera de una respuesta favorable, saludo a ustedes, atentamente:

**Tec. Roberto Torrez**  
 Calle Av. Japón N° 5. San Cristóbal  
 Teléfono: 6423634  
 Correo: Robertotorrez@gmail.com



### 3.1.4. Entrevista de Trabajo

La entrevista establecerá un diálogo con uno o varios entrevistadores. Ellos observarán si el candidato encaja en el puesto que ofrecen a través de:

- Sus explicaciones
- Sus habilidades
- Sus actitudes
- Sus competencias
- Su carácter
- Su motivación

El entrevistado por su parte deberá demostrar que es la persona más adecuada para desempeñar ese puesto, deberá tener información sobre la empresa y el puesto. Al momento de entrevistarse el postulante debe destacar las ventajas que tiene.

Durante la entrevista es muy posible que el entrevistador realice preguntas referidas a:

- Sobre los estudios y la formación que tienes, tu experiencia laboral, intereses, características personales, cualidades, porque dejaste tu anterior trabajo, cuanto tiempo trabajaste en cada lugar y las tareas que realizabas.
- En cuanto a tus datos personales, te preguntaran sobre las actividades que realizas en tu tiempo libre, sobre tu familia, si eres casado/a, si tienes hijos, donde y con quien vives, en el caso de las mujeres se les pregunta su edad y si tienen o desean tener hijos, etc.




Es importante prepararse para la entrevista, ya que esta es la fase decisiva del proceso de selección de personal, por eso estos son datos que te pueden servir:

1. Debes entregar tu Curriculum vitae u hoja de vida de datos personales acompañada de la carta de presentación.
2. Es importante llegar 5 o 10 minutos antes de la hora fijada.
3. Cuidado en la apariencia e higiene personal.
4. Buenos modales.
5. Buena postura, no estar encorvado.
6. Serenidad y discreción.
7. Evitar exageraciones, no mentir.
8. Preparar respuestas ante posibles preguntas.





### ● Actividad N° 4 - "Me entrevistan"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Poner en práctica los conocimientos aprendidos acerca de la entrevista.	 Disfraces relacionados a la dramatización.	 60 minutos  60 minutos

#### INSTRUCCIÓN

1. De manera grupal se realizarán dramatizaciones, donde exista un entrevistador y varios entrevistados, la consigna es demostrar un buen desempeño en la entrevista.
2. Los entrevistados pueden tener diferentes perfiles, al final de la clase en plenaria el curso puede seleccionar a quién contratar.

#### Puntos a considerar para una entrevista:

- Saludo
- Tranquilidad
- Postura
- Presentación personal
- Manera de vestir e higiene

## 3.2. ELEMENTOS IMPORTANTES EN EL ÁMBITO LABORAL

### 3.2.1. Derechos y Obligaciones Laborales

Lograr el acceso y mantenimiento de un trabajo para toda la población, hombres y mujeres en edad de trabajar, es el mayor desafío que hoy enfrenta la humanidad y una de las estrategias fundamentales en el desarrollo y sostenimiento personal y familiar.



Trabajo digno es una expresión que sintetiza las aspiraciones del trabajador respecto al logro de:

- Ingresos suficientes y seguros.
- Medios financieros para cuidar la salud propia y de la familia.
- Escolarización de los hijos.
- Capacidad de ahorro y de una pensión o seguro de vejez.
- Dignidad y respeto como personas y trabajadores.





El concepto atiende tanto a cuestiones laborales como extra laborales precisamente porque la meta de fondo es que mejoren las condiciones de vida de todas las personas.

Todas estas necesidades y aspiraciones están interrelacionadas, la protección social, el diálogo social y el reconocimiento de los derechos fundamentales en el trabajo interactúan de forma positiva con la calidad del empleo y la generación de ingresos, mientras que la desigualdad afecta la calidad de vida de la gente, aumentando la pobreza y obstaculizando las mejoras en educación y salud.

Al adquirir un empleo las personas también adquirimos derechos y obligaciones laborales, la ley del trabajo tiene como fin la regulación de las relaciones jurídicas entre empresarios/as y trabajadores/as, en lo referente: al trabajo subordinado; a las profesiones y, a la forma de prestación de los servicios así como en lo relativo a las consecuencias jurídicas de la actividad laboral.

En toda relación laboral se debe tomar en cuenta lo dispuesto por la Ley General del Trabajo que dispone en el art. 67 que el patrón está obligado a adoptar todas las precauciones necesarias para la vida, salud y moralidad de sus trabajadores/as.

Cuando se trabaja en el reconocimiento del contexto productivo y laboral, es necesario tomar en cuenta, los derechos que asisten a trabajadores y trabajadoras, ya que representan sus intereses y necesidades específicas; las posibilidades de ejercicio efectivo de los derechos y el papel que juegan las organizaciones con competencia en su aplicación y defensa.

La legislación laboral contiene un conjunto de normas que definen cuales son los derechos de las personas para el ejercicio de un trabajo digno o decente.

La mayor parte de ellos están comprendidos en la Ley General del Trabajo. Según esta ley cada trabajador/a tiene derecho a:

- Una remuneración, una jornada limitada, descanso y vacaciones, pagos.
- Un salario mínimo, vital y móvil.
- Una compensación económica
- La protección contra el despido injustificado
- Un seguro social obligatorio

*"Cumple con tus obligaciones y gozarás de tus derechos".*






En particular y respecto de la igualdad entre trabajadores según el sexo, por ejemplo:

- Prohíbe cualquier tipo de discriminación entre personas trabajadoras por motivo de sexo, raza nacionalidad, religiosos, políticos, gremiales o de edad.
- Reconoce la plena capacidad de las mujeres para celebrar toda clase de contratos, disponiendo igualdad de remuneración masculina y femenina por un trabajo de igual valor.



### ● Actividad N° 5 - "Como ejerce sus derechos Juan"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 <p>Identificar los derechos y deberes que una persona tiene como trabajador.</p>	 <p>Marcadores Papel sábana</p>	 <p>15 minutos</p>
<b>INSTRUCCIÓN</b>		
<p>Juan trabaja desde hace un año en un comercio. Él sabe que al cumplir el año le corresponden las vacaciones. Por lo tanto, el día que cumplió ese periodo de trabajo se tomó quince días de vacaciones sin avisar a su jefe.</p>		
<p>¿Crees que Juan actuó correctamente?</p>		
<p>¿Qué tendría que haber hecho Juan?</p>		
<p>¿Qué pensara el jefe sobre la actitud de Juan?</p>		



### 3.2.2. Contrato De Trabajo

Se entenderá por contrato de trabajo, aquel en virtud del cual una o varias personas se obligan a ejecutar una obra o a prestar un servicio a uno o a varios empleadores o a una persona jurídica, bajo la dependencia de éstos, por remuneración, comprendiéndose al contrato individual como al colectivo.





El contrato de trabajo es la herramienta básica para el buen funcionamiento del mercado laboral. En él se especifican las condiciones bajo las cuales un trabajador llevará a cabo determinadas tareas encargadas por el empleador. Del contrato de trabajo se derivan derechos y deberes de las partes y es una prueba fundamental cuando se solicite la ayuda de un juez en casos de incumplimiento o desacuerdos.

Un contrato es un documento donde se especifica el acuerdo entre empresario y trabajador de acuerdo al Reglamento de la Ley General del Trabajo en su art. 7 deberá tener mínimamente la siguiente información:

- Nombres y apellidos paterno y materno o razón social de los contratantes;
- Edad, nacionalidad, estado civil y domicilio del trabajador;
- Naturaleza del servicio y el lugar donde será prestado;
- Determinación de si el trabajo o servicio se efectuará por unidad de tiempo, de obra, por tarea o a destajo o por dos o más de estos sistemas;
- Monto, forma y período de pago de la remuneración acordada;
- Plazo de contrato;
- Lugar y fecha del contrato;
- Inscripción de sus herederos, con indicación de nombres y edad, para los efectos de disposiciones concernientes a la reparación de riesgos profesionales.



### ● Actividad N° 6 - "Realizar Un Contrato"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Realizar contratos de trabajo.	 Hojas de papel  Bolígrafos	 30 minutos

#### INSTRUCCIÓN

El facilitador/a les pide a los participantes que formen grupos de 4 o 5 personas. Cada grupo realiza un contrato de trabajo: por ejemplo para un operario de confección textil, otro para la realización de un servicio de instalación eléctrica en un domicilio, otro de construcción de una casa, otro para la confección de uniformes escolares, etc.



### 3.3 CUALIDADES PERSONALES IMPORTANTES

#### 3.3.1. Actitudes

Ahora que los trabajos escasean y los solicitantes abundan, es buen momento para conocer cuáles son las actitudes que las empresas están buscando para contratar personal.

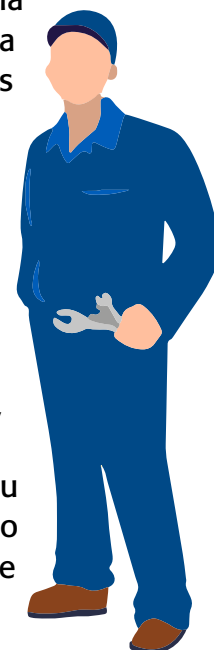
Las organizaciones puede que prefieran a gente con disponibilidad y buena actitud, más que aptitudes, porque finalmente se puede aprender una tarea, pero es difícil modificar la personalidad.

Esto no quiere decir que el conocimiento no sea necesario para ocupar puestos específicos, ni que la capacitación sea un simple accesorio.

La capacitación y actualización también son elementos claves para que una empresa te mantenga como personal clave.

A continuación, te enlistamos las actitudes que las empresas buscan:

- **Decisión:** Ésta es una de las más apreciadas, ya que le da al individuo el impulso necesario para ejecutar acciones concretas que pueden beneficiar al desarrollo de la empresa.
- **Cooperación y trabajo en equipo:** Quien trabaja bajo este esquema generalmente no pelea por el poder, más bien colabora y genera ambientes de solidaridad y compañerismo. Para tener esta actitud es necesario escuchar y reconocer los aciertos e ideas de otros.
- **Adaptación:** El mundo laboral actual, con o sin crisis, vive cambios rápidos y drásticos, por lo que una persona que sabe adaptarse y explotar sus fortalezas en cada ocasión es sumamente valorada en una empresa.
- **Diplomacia:** Los problemas están a la orden del día en cualquier empresa, pero es importante saber que situaciones delicadas requieren de actitudes diplomáticas para manejarlas con suavidad, lo que ayuda a evitar roces e irritación.
- **Coherencia:** Ante los problemas es indispensable mantener tu posición firme, para lo que es necesario tener claridad de pensamiento y control de las emociones. Siempre hay que alinear lo que se dice con lo que se hace.



### 3.3.2. Valores

A continuación te brindamos una serie de los valores más importantes en el mundo del trabajo:

- **Honestidad:** Es una cualidad humana que consiste en comportarse y expresarse con coherencia y sinceridad, y de acuerdo con los valores de verdad y justicia.
- **Puntualidad:** Es la característica de poder terminar una tarea requerida o satisfacer una obligación antes o en un plazo anteriormente señalado. Hay a menudo una convención de que una pequeña cantidad de retraso es aceptable en circunstancias normales.
- **Responsabilidad:** Es el cumplimiento de las obligaciones, o el cuidado al tomar decisiones o realizar algo. La responsabilidad es también el hecho de ser responsable de alguien o de algo.
- **Amistad:** Es una relación afectiva entre dos o más personas. La amistad es una de las relaciones interpersonales más comunes que la mayoría de los seres humanos tienen en la vida. Los componentes de la amistad son la confianza, el apoyo incondicional, la empatía, fidelidad y agrado por compartir una o más actividades, ideas, gustos, recuerdos o la vida misma.
- **Respeto:** Significa atención o consideración por el otro, es un valor que permite que el hombre puede reconocer, aceptar, apreciar y valorar las cualidades del prójimo y sus derechos. Es decir el respeto es el reconocimiento del valor propio y de los derechos del individuo y la sociedad.

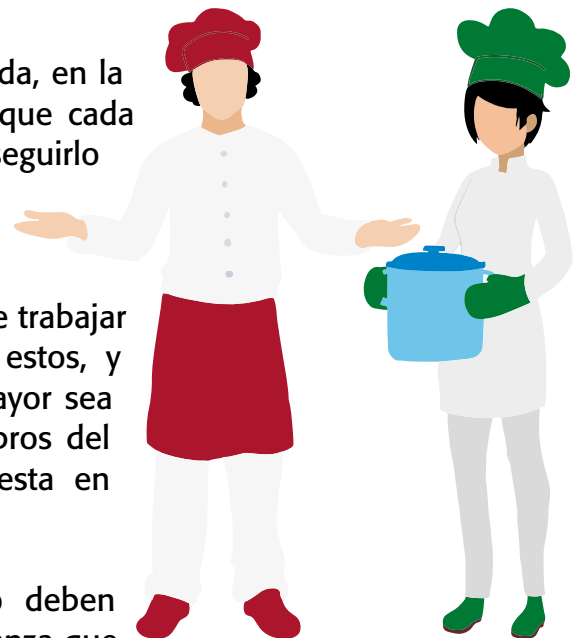


### 3.3.4. Trabajo en Equipo




El trabajar en equipo supone una acción coordinada, en la que varios integrantes tienen un objetivo común, aunque cada uno desarrolle sus tareas de forma individual para conseguirlo “un esfuerzo unido, armonioso, en base a un plan, para lograr objetivos, difíciles de alcanzar individualmente”.

La pretensión que se intenta conseguir a la hora de trabajar en equipo es unir esfuerzos y aptitudes, maximizar estos, y disminuir el tiempo de ejecución de tareas. Cuanto mayor sea el entendimiento y la cohesión entre todos los miembros del equipo, mejores resultados se obtendrán con la puesta en práctica de sus trabajos

Todas las personas que trabajan en el equipo deben disfrutar de su trabajo. Desear un clima de mutua confianza que vaya desde el grupo hacia el resto de la comunidad.



### ● Actividad N° 7 - "Trabajando en equipo contra el tiempo"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Reconocer la importancia del trabajo en equipo para lograr el objetivo.	Cualquier material que sirva al propósito del grupo.	 15 minutos Preparación   30 minutos Representación

#### INSTRUCCIÓN

Se divide al grupo en dos equipos que deben competir para completar en un tiempo limitado (15 minutos) un desafío similar de cierta complejidad, por ejemplo un sketch sobre el trabajo en una empresa, con actores representando diversos roles.

La presión del tiempo suele acentuar las dificultades de los grupos para autoorganizarse, ya que surgen diversas estrategias, conflictos por el liderazgo y procesos de negociación.

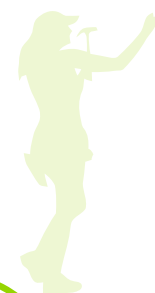
Se evalúa conjuntamente los resultados.



## 4. LIDERAZGO

El líder es aquella persona con ciertas cualidades de personalidad, carácter, habilidades de comunicación y que a la vez tiene aceptación, reconocimiento y confianza de quienes le rodean por sus acciones y decisiones, que apoyadas por un grado de conocimientos técnicos y de experiencia le permiten guiar o conducir un grupo y lograr los propósitos de la institución y de la comunidad.

Cualidades para desarrollar un buen liderazgo:





- **Motivador:** Ser activo, dinámico, el “motor del grupo” quien demuestra mucha energía, vigor, iniciativa y entusiasmo en cada una de las actividades que realiza.
- **Amable:** El ser paciente, con buen carácter y el aceptar las críticas sobre nuestro trabajo de buen agrado conservando la cordura es una cualidad muy importante.
- **Buen comunicador:** La comunicación es el único medio que permite estrechar los lazos con las demás personas comunicarse en forma clara, oportuna y sencilla permitirá “comprender” lo que quieren decir los otros.
- **Alguien que comparte:** La capacidad de enseñar a los demás, hace que los conocimientos no pierdan su esencia sino al contrario se enriquezcan, enseñar es compartir la vida y las experiencias.
- **Estar Capacitado:** El saber nos permite adquirir seguridad de nuestras acciones y además de ese modo estar dispuesto a responder las dudas del equipo.
- **Disciplinado:** El conservar la puntualidad en las reuniones, citas y el trabajo permite que los demás se formen una opinión favorable de nuestro trabajo y de nosotros mismos.
- **Responsabilidad:** El cumplimiento de nuestras acciones harán que el equipo que nos rodea confíe en su trabajo demás favorece el cumplimiento de las actividades.
- **Ser modelo:** El trabajo que realiza un líder deberá ser ejemplar, los demás tratarán “de ser o parecerse a esta persona”.



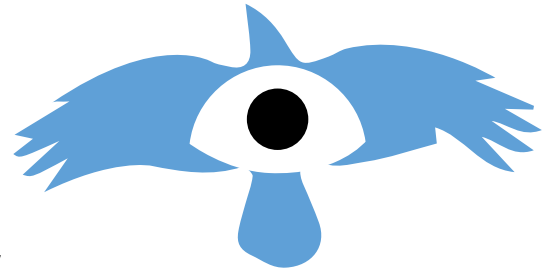
- **Actividad N° 8 - Video debate “Liderazgo y motivación para jóvenes emprendedores”. Comentar.**  
(Para acceder al video escanee el código QR)

<https://www.youtube.com/watch?v=qqqx0be3-9c>



## 5. PLANIFICACIÓN

### ■ ¿QUE ES Y PARA QUE SIRVE LA PLANIFICACION?



Es la realización de un plan de acción alcanzable, para cumplir con los objetivos y mejorar la situación de partida. Planificar es pensar y crear un futuro, de las decisiones que tomemos hoy dependerá nuestro éxito o fracaso. La planificación permite:

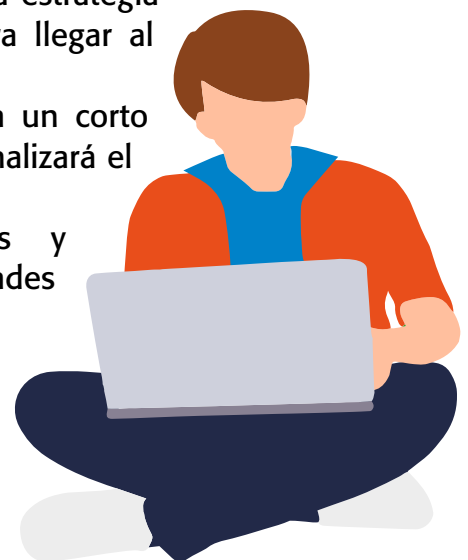
- Definir hacia donde nos dirigimos
- Negociar
- Generar compromiso
- Ordenar pensamiento
- Guiar hacia el objetivo
- Controlar

Para lograr el objetivo, como puede ser el conseguir un empleo o mejorar el que tenemos, no nos basta con la consideración de un solo aspecto, debemos contestar las preguntas que definen las tres primeras etapas de todo proyecto:



- ¿Cuál es el problema?
- ¿Qué quiero lograr?
- ¿Qué debo hacer para lograr el objetivo, que hago para obtener lo que me falta?

La planificación puede ser individual, grupal, organizacional y es una tarea fundamental; a su vez se puede constituir en:

- Planificación a largo plazo, tiene que ver con la estrategia que la persona o la organización seguirá para llegar al futuro deseado.
- Planificación a mediano plazo, proyecciones a un corto tiempo; por ejemplo: el tiempo en el que se finalizará el curso que estamos realizando.
- Planificaciones a corto plazo, programas y procedimientos que se utilizan en las actividades cotidianas.



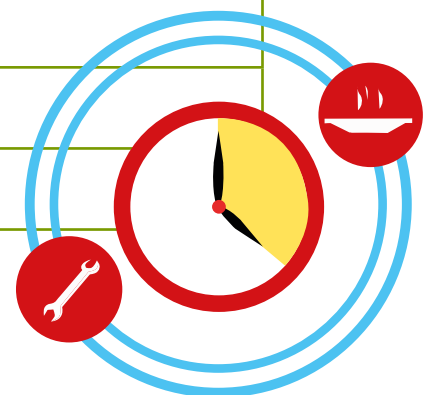
### ● Actividad N° 8 - "Mi Presupuesto Personal"

OBJETIVO	MATERIALES	TIEMPO
 Desarrollar un presupuesto personal para determinar el mínimo necesario para vivir.	Ninguno	 30 minutos

#### INSTRUCCIÓN

Por grupos llenar los montos mínimos de gasto que se usan de acuerdo a las necesidades que satisfacen una familia tipo (5 personas).

PRESUPUESTO	
DETALLE	MONTO MENSUAL
Costo de la vivienda	
Servicios (agua - luz)	
Comunicación (celular - telefono)	
Pasajes	
Presentación personal (ropa, zapatos, otros)	
Higiene personal	
Estudios	
Cuidado infantil	
Ahorro mensual	
Otros	
<b>TOTAL</b>	



### Actividades que te ayudan a aprovechar mejor tu tiempo!!!

- Vivir el presente
- Llevar una agenda
- Hacer lista de cosas pendientes
- Establecer cuáles de esos pendientes son más importantes
- Tener un espacio para cada cosa y cada cosa en su lugar
- Hacer un mejor uso de tus horas
- Aprender a decirle no a los demás para decirte si a ti mismo
- Tener un plan o una estrategia
- Dejar tiempo para descansar y divertirse
- Deja de ofrecerte en todo

*"El tiempo es oro y el que lo desperdicia es un bobo".*



## BIBLIOGRAFÍA

“Guía de metodología participativa y juego educativo”. FAUTAPO-BOLIVIA 2009

“Manual de estrategias y técnicas de aprendizaje”. FAUTAPO-BOLIVIA 2011

“Manual de estrategias didácticas”. FAUTAPO. BOLIVIA 2009

“Espíritu emprendedor”. FAUTAPO. BOLIVIA 2016

“Manual de orientación laboral 2012”. Consultoría y formación San Román

“Guía de orientación socio-ocupacional para docentes”. QUALIFICAR-CORPOEDUCACION-ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ. Bogotá, enero de 2018.









**Universidades  
Fundadoras**

