

EL CURRÍCULUM OCULTO

Muéstralo y aplícalo en el mercado laboral

A lo largo de tu vida has ido acumulando experiencias y aprendizajes muchos de los cuales vale la pena destacarlos o incluso incorporarlos a tu currículum.

¡Complementa tu perfil!

Lo que has aprendido y vivido dice mucho de quién eres como profesional



IDENTIFICA TUS EXPERIENCIAS Y APRENDIZAJES OCULTOS

Encuentra un momento para identificarlos, algunos de ellos te podrán ayudar en los procesos de selección. Especialmente aquellos que puedas relacionar con tu objetivo profesional.



¿Dónde puedes empezar a encontrarlos?

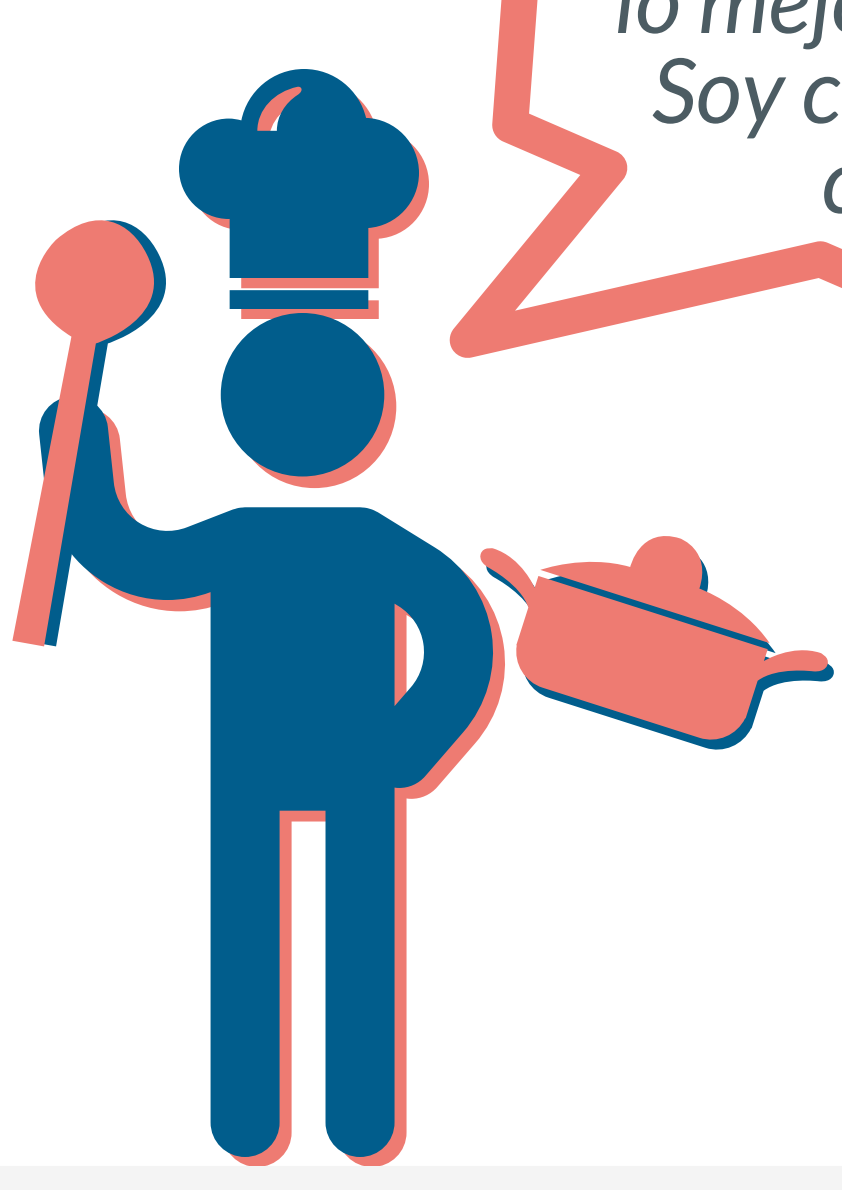
Las actividades que haces

¿Qué haces más allá del trabajo a lo largo del día? ¿Cómo lo haces? ¿Qué te aporta?

Llevo toda la contabilidad de mi casa y también la de mis padres. He evolucionado mucho, soy toda una experta



En casa me encargo de cocinar y le dedico tiempo y esfuerzo en hacerlo lo mejor que puedo. Soy cada vez más creativo



Tengo un perfil en Instagram que va bastante bien. Me siguen 23.000 personas, disfruto compartiendo imágenes y vídeos



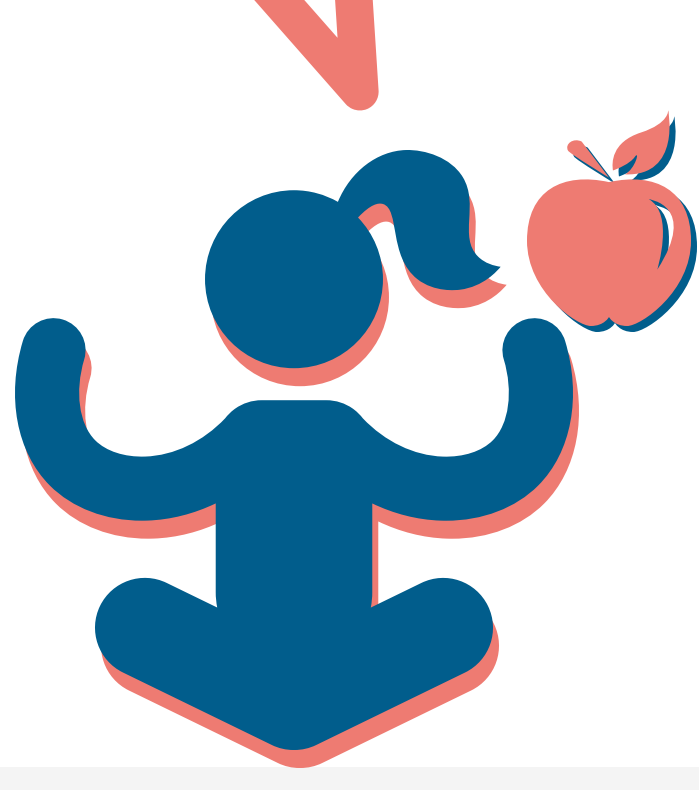
Tus intereses

Lo que te gusta y sabes encontrar momentos para aprenderlo y disfrutarlo.

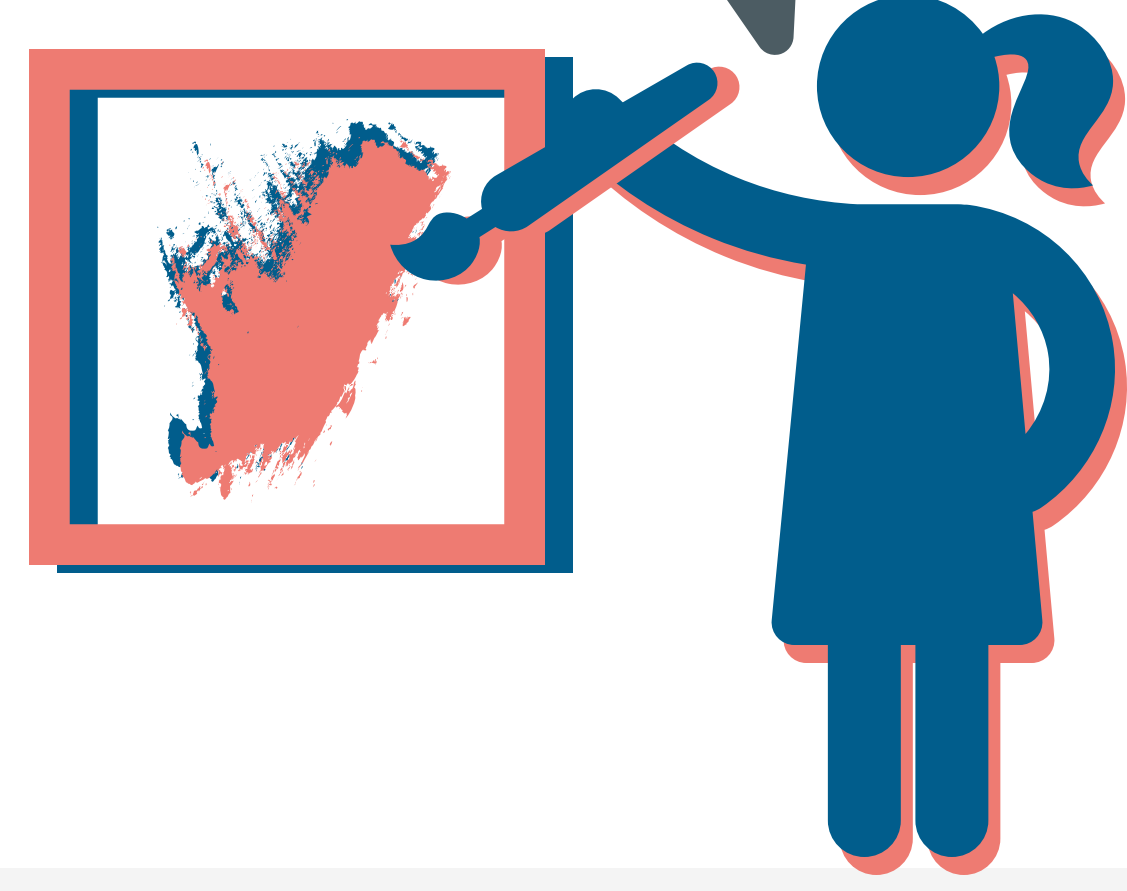
Colecciono máquinas calculadoras mecánicas. Sé buscarlas, negociar y, cuando las tengo, las restauro yo mismo



En cualquier momento me puedes encontrar leyendo sobre nutrición saludable. En especial sobre novedades de los Estados Unidos



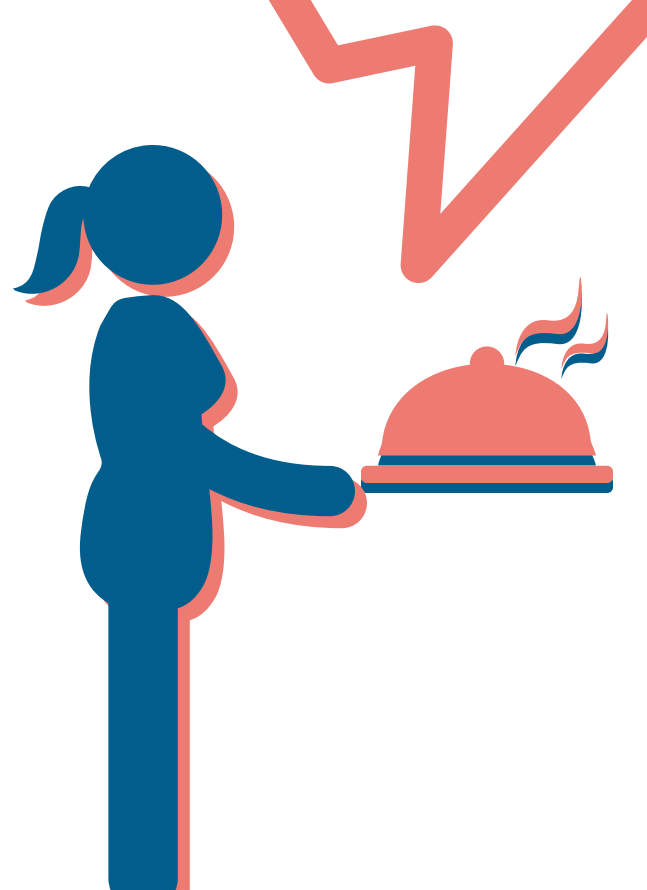
Siempre que puedo voy a campos de trabajo aprovechando las vacaciones. Sobre todo de restauración del patrimonio histórico



Tu entorno inmediato

Las personas que te rodean y sus circunstancias pueden contribuir a este aprendizaje.

Mi familia ha tenido un negocio de restauración. He tenido que echar más de una mano



Mi hermano sufre una diversidad funcional. A menudo le ayudo en su día a día



Las voces expertas recomiendan:

- ✓ Conocer tu currículum oculto, ya que te puede distinguir de otras personas candidatas al puesto. Dedicale un tiempo a descubrirlo.
- ✓ Incorporarlo a tu CV si está relacionado con tu objetivo profesional. Quizás en el apartado de experiencia (más relevante) o en el de otras actividades o aficiones (más informal).
- ✓ Aprovecharlo para identificar tus competencias más transversales, que te definen también como persona: creatividad, iniciativa, flexibilidad...

¿TE GUSTARÍA PROFUNDIZAR MÁS?



- El CV por competencias +
- Modelos de currículum +
- Si no encuentras salidas, ¡reinvéntate! (vídeo) +

