

Guía para Inventariar Tus Competencias

Tu perfil de competencias está conformado por **conocimientos, habilidades y características personales**. Escoge de las siguientes, las que mejor te describan e incorpora a tu lista otras que identifiques en tí aunque estén fuera de esta lista.

Conocimientos

Fuente de conocimiento

Cada curso y programa educativo, cada empleo, inclusive en tu vida personal y en cada actividad extra en la que te has involucrado te ha enseñado algo. Has a continuación un inventario de tus conocimientos, obtenidos de estas tres fuentes. Describe cada conocimiento y cuando corresponda, indica el nivel. Esto te permitirá prepararte para más adelante enfrentar exitosamente una entrevista de empleo, entre otras situaciones asociadas a procesos de reclutamiento y oportunidades de empleo.

Estudios

Trabajo

Tiempo libre



Tipo de conocimiento

Registra a continuación las áreas en las que tienes conocimiento:

Sector, Industria,

Zona geográfica

Segmento de mercado, tipo de personas

Cierto tipo de cosas

Cierto tipo de información

Cierto tipo de Maquinaria y equipos

Cierto tipo de material

Área de conocimiento



Tus conocimientos clave

Escribe a continuación cuales son tus conocimientos clave y descríbelos brevemente.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10



Habilidades

Dentro y fuera del trabajo usas habilidades sin que representen un esfuerzo extraordinario para tí. Puede ser una manera particular de hacer las cosas, que te permite resolver un problema o hacer una tarea y obtener resultados exitosos. ¿En qué eres bueno y que disfrutas hacer?

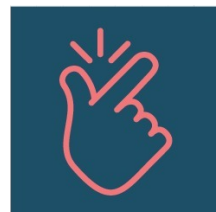
Habilidades pedagógicas

Explicar
Orientar
Improvisar
Inspirar
Instruir
Comunicar
Dirigir
Enseñar
Motivar
Planificar
Reformular
Estructurar
Resumir
Dar entrenamiento
Aclarar
Presentar en público
Educar
Guiar

Habilidades comunicativas

Argumentar
Debatir
Formular preguntas
Exponer
Negociar
Seleccionar
Informar
Instruir
Entrevistar
Hacer nuevos contactos
Escuchar
Mercadear
Motivar
Crear redes de contactos

PAP. Sesión 2.
Inventario de Competencias



Visualizar
Establecer diálogos
Redactar
Vender
Educar
Convencer

Habilidades técnicas

Habilidad espacial
Calcular
Dibujar
Cuantificar
Combinar materiales
Construir
Producir
Programación
Crear modelos, prototipos
Fabricar
Diseñar

Habilidades creativas

Organizar
Construir
Decorar
Diseñar
Ilustrar
Generación de ideas
Componer
Resolver problemas
Pintar
Dibujar
Crear
Esculpir
Preparar
Inventar
Expresarte artísticamente
Desarrollar
Visualizar



Habilidades de ayuda

Ayudar
Dar tratamiento
Dar entrenamiento
Aconsejar
Escuchar
Mediar
Motivar
Cuidar
Mostrar empatía
Guiar

Habilidades financieras

Administrar
Analizar
Balance
Evaluar
Calcular
Presupuestar
Facturar
Hacer seguimiento
Distribuir, repartir
Mercado de valores
Establecer precios
Auditar
Revisar
Ahorrar
Dirigir
Cobrar
Desarrollar

Habilidades prácticas

Construir
Cocinar
Edificar
Motricidad fina
Coordinación motora, del cuerpo
Hacer manualidades, artesanía
Instalar
Montar, ensamblar

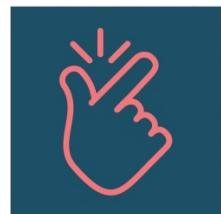
PAP. Sesión 2.
Inventario de Competencias



Verificar
Conducir máquinas y vehículos
Cargar
Cultivar
Reparar
Coleccionar, reunir
Cuidar
Cuidar animales
Planchar, Limpiar, Lavar
Cocinar, preparar comidas y bebidas
Entrenar y vestir animales
Mantenimiento

Habilidades administrativas

Archivar
Buscar información
Catalogar
Clasificar
Coordinar
Hacer lectura de corrección
Comprar
Diseñar documentos
Ordenar
Organizar
Planificar
Editar
Imprimir
Completar una tarea
Estructurar
Montar en tablas de datos



Características personales

La tercera parte en tu perfil de competencias es trazar tus características personales. Selecciona las que posees, de la lista a continuación. Marca de manera distinta las que deseas conservar, las que deseas aumentar o mejorar y las que deseas disminuir.

Abierta	Disciplinada
Accionable	Discreta
Adaptable	Divertida
Agil	Dominante
Ahorradora	Dura
Ambiciosa	Educada
Analítica	Elegante
Animada	Elocuente
Atenta	Emocional
Autoconocimiento	Empática
Autoritaria	Enérgica
Autosuficiente	Enfocada
Bien planificada	Entusiasta
Buen humor	Escéptica
Calmada	Escucha
Capacidad de liderazgo	Espontánea
Cariñosa	Estable
Chistosa	Estratégica
Comunicativa	Fiel
Concentrada	Flexible
Confiable	Formal
Confianza en si misma	Fuerte
Contagia entusiasmo	Hace contacto con facilidad
Controlada	Hace que las cosas sucedan
Creadora	Humilde
Creativa	Idealista
Cuestionadora	Imaginativa
Cuidadosa	Impulsiva
Curiosa	Independiente
Débil	Indiferente
Decidida	Inflexible
Dedicada	Informal
Descuidada	Innovadora
Desordenada	Inquieta
Detallista	Insegura
Difícil tomar decisiones	Integridad
Dinámica	Interesada en otras personas
Diplomática	Introversida
Directa	Intuitiva



Inventiva	Profundiza
Justa	Puntual
Le gustan los cambios	Racional
Leal	Realista
Lenta	Receptiva
Lógica	Relajada
Manejo del tiempo	Reparadora
Matemática	Representativa
Metódica	Reservada
Minuciosa	Responsable
Moderada	Retraída
Negativa	Rica en ideas
Objetiva	Rica en iniciativas
Observadora	Satisfecha
Optimista	Se aburre con facilidad
Orientada a detalles	Se basa en hechos
Orientada a metas	Se guía por las emociones
Paciente	Segura
Paralela, capaz de hacer varias cosas al mismo	Sentido común
Pedagógica	Seria
Pensamiento complejo	Sincera
Pensativa	Sistemática
Persistente	Sociable
Pionera	Solidaria
Positiva	Temperamental
Práctica	Tolerante
Pragmática	Tolerante al estrés
Proactiva	Valiente
	Voluntariosa

Nota importante

La presente guía viene acompañada del documento: **Guía para ejemplificar tus competencias**. Sigue las instrucciones ahí descritas e ilustra tus competencias clave, ambos ejercicios te preparan para una entrevista de trabajo y otras situaciones que te acerquen a oportunidades de empleo.

