



programa  
**YO TRABAJO**

programa  
**YO TRABAJO**  
jóvenes



**Plan de  
Inserción Laboral**

## Información del proyecto (a llenar por el ejecutor)

Código del proyecto:

Nombre del ejecutor:

Nombre del facilitador:

Teléfonos de contacto:



programa  
**YO TRABAJO**

programa  
**YO TRABAJO**  
jóvenes





<b>1. Identificación</b>	<b>7</b>
<b>2. Construyendo mi CV</b>	<b>8</b>
<b>3. Metas laborales para lograr mi inserción en un puesto de trabajo</b>	<b>9</b>
<b>4. Competencias laborales</b> ¿Con qué habilidades o capacidades cuento para encontrar un trabajo?	<b>12</b>
<b>5. Entorno laboral</b> ¿Qué es lo que me rodea e influye en mi inserción al mercado laboral?	<b>13</b>
<b>6. Identificación de redes de apoyo</b>	<b>14</b>
<b>7. Desenlace</b>	<b>15</b>
<b>8. Plan de acción</b>	<b>16</b>
<b>9. Financiamiento</b>	<b>18</b>
<b>Resumen Ejecutor</b>	<b>19</b>



Este cuaderno de trabajo, llamado "Plan de Inserción Laboral", le servirá a cada uno de ustedes, como una guía en su búsqueda activa de empleo.

Para que esta búsqueda sea exitosa, es necesario realizar varias actividades y planificarlas. Este proceso de planificación, implica preparar un plan (plan de acción) o estrategia para enfrentar la inserción a un trabajo o empleo en las mejores condiciones posibles. Para esto, definiremos las actividades a realizar paso a paso, estableciendo plazos y ejercicios que nos permitan ir concretando nuestras metas.

Te proponemos trabajar este material con apoyo activo del ejecutor y de este modo construir un Plan de Inserción Laboral Individual.

## Datos personales

Nombre:

Edad:

Fecha de nacimiento:

RUT:

Dirección:

Región:

Comuna:

E-mail:

Teléfono de contacto:



# IDENTIFICACIÓN



## Datos personales

Nombre:		
RUT:	Fecha de nacimiento:	Edad:
Dirección:		
Comuna:	Región:	
Teléfono de contacto:	E-mail:	

NOTAS

---

---

---



# CONSTRUYENDO MI CV

(CURRÍCULUM VITAE)



## Antecedentes Personales:

- Revisar que los datos de contacto sean correctos: mail y teléfono.

## Formación:

- Antecedentes educacionales
- Ordena desde el estudio más reciente al más antiguo.

## Experiencia Laboral:

- Ordena desde el trabajo más reciente al más antiguo.
- Explica en qué consistía el trabajo de manera simple y breve.

## Otros:



# 3

## METAS LABORALES

para lograr mi inserción en un puesto de trabajo

Cada uno de los pasos que debo dar para alcanzar lo que me he propuesto (objetivo), es lo que llamaré “mis metas laborales”.

Esto significa que se deben dar varios pasos para lograr mi objetivo, que es acceder a un empleo.

### No olvidar que:

Las metas están directamente relacionadas con el esfuerzo y las acciones que se deben realizar para cumplirlas.

Es necesario escribir lo que se propone realizar y dejarlo en un lugar visible. Así queda claramente definido lo que quiere y ayuda a no olvidar sus objetivos.

Es muy necesario hacer un plan de acción para la meta que se proponga.

Verificar periódicamente lo que ha logrado y lo que está pendiente, lo que permite ver si es necesario hacer modificaciones al plan de acción.

**Muchas veces cumplir las metas se hace difícil por la falta de motivación. Para esto, si ocurre el caso, hay que replantearse las metas y reflexionar profundamente sobre lo que tenemos y necesitamos para construir un futuro laboral como queremos.**



¿Qué debo hacer durante este año para insertarme laboralmente?	¿Qué necesito para lograrlo?	Plazo en días
Ejemplo : Disponer de mi certificado de enseñanza básica.	Solicitarlo a la escuela donde realicé mis estudios.	2
<b>Meta 1</b>		
<b>Meta 2</b>		
<b>Meta 3</b>		
<b>Meta 4</b>		

<b>Obstáculos y/o limitantes</b>	<b>¿Cómo lo supero?</b>	<b>Mi compromiso</b>
La escuela de enseñanza básica se cerró.	Haciendo la consulta al Ministerio de Educación.	Hacer los trámites necesarios para obtener el certificado en el plazo indicado.



## COMPETENCIAS LABORALES



¿Con qué habilidades o capacidades cuento para encontrar un trabajo?

Ahora que tengo definidas mis metas, es importante que revise cuáles son las competencias (capacidades o habilidades) laborales que tengo para conseguir un trabajo.

Siempre voy a contar con capacidades o habilidades (estas pueden ser más o menos numerosas), pero es imprescindible que tome consciencia de que puedo desarrollarlas más.

### Ejercicio: Mis competencias laborales son:

¿Cuáles son mis capacidades o habilidades?

Ejemplo: Tengo paciencia para atender público.

---

---

---

---

---

¿Qué características personales pueden hacer difícil el cumplir mis metas laborales y cómo puedo superarlas?

Ejemplo: No tengo capacitación en oficio. Tengo dificultad para expresarme.

---

---

---

---

---



# ENTORNO LABORAL

Identificar lugares que ofrezcan oportunidades de trabajo



## Ejercicio: Mi entorno laboral

¿Dónde buscar ofertas de empleo?

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Dónde buscar ideas para trabajar de forma independiente?

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





## IDENTIFICACIÓN DE REDES DE APOYO

# 6

Para lograr encontrar un trabajo necesito conocer mis redes de apoyo, las cuales pueden ser:

**Formales:** salas cunas, Oficina Municipal de Inserción Laboral, consultorio, escuelas, entre otras.

**Informales:** familiares, vecinos y amigos.

### Ejercicio: Mis redes de apoyo

¿Qué es lo que necesito de la red de apoyo para encontrar un puesto de trabajo?

Servicio para el cuidado de niños y niñas:

Servicios ligados a la tramitación de documentos legales para la inserción laboral:

Instituciones que me apoyen en nivelación de estudio y/o capacitación:

Consultorio:

Otros:

# DESENLACE



Ahora me encuentro en condiciones de resolver mi desenlace laboral.

## Identifique su desenlace laboral

### Tipo de desenlace:

Dependiente

¿Qué área?

---

---

Independiente

¿Qué rubro?

---

---

Otro, especifique

---

### Justifique por qué prefiere ese desenlace:

Por razones personales

---

---

Por razones del entorno

---

---

---

Nombre, RUT y firma usuario(a)

---

Nombre, RUT y firma  
Representante Organismo Ejecutor

# PLAN DE ACCIÓN



El plan de acción son las actividades que me propongo realizar paso a paso, para concretar mis metas.

### Ahora que:

- Ya he definido mis metas.
- He reconocido mis competencias.
- Identifico los principales aspectos de mi entorno.
- Sé con cuáles redes cuento.
- He optado por un desenlace laboral.



NOTAS

---

---

---

---

---

**Ejercicio: Mi Plan de Acción** (A trabajar con el ejecutor).

**Trabajo dependiente**

**Lo que tengo**

Mis metas  
 Competencias  
 Oferta de Trabajo  
 Capacitación  
 Cuidado de niños/as

**Trabajo independiente**

**Lo que tengo**

Competencias  
 Servicios que se necesitan en mi entorno  
 Tipo de actividad productiva a realizar

Canales de comercialización  
 Capacitación  
 Cuidado de niños/as

Actividades / Objetivos	Plazos/ Fechas	¿Cumple?	
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No
		<input type="radio"/> Sí	<input type="radio"/> No

# FINANCIAMIENTO



Ahora me encuentro en condiciones de resolver **mi desenlace laboral**.

**Total del financiamiento:** \$ \_\_\_\_\_

<b>Tipo del gasto</b> (herramientas, uniforme para trabajo, entre otros.)	<b>Monto destinado</b>
1.	

\_\_\_\_\_  
Nombre, RUT y firma usuario(a)

\_\_\_\_\_  
Nombre, RUT y firma  
Representante Organismo Ejecutor





# RESUMEN EJECUTOR

A completar por el ejecutor y trabajar con el usuario/a.

## Opinión evaluativa del ejecutor respecto del perfil del usuario/a y el desenlace escogido

¿El usuario/a cumple con el perfil requerido en función del desenlace que eligió?

Justifique:

Si la respuesta es no, especifique: ¿Cuáles son las competencias que el usuario/a debe reforzar? o ¿Cuáles son las brechas que debe superar?

NOTAS

---

---

---

---

Firma ADL

---

Firma Ejecutor



programa  
**YO TRABAJO**

programa  
**YO TRABAJO**  
jóvenes