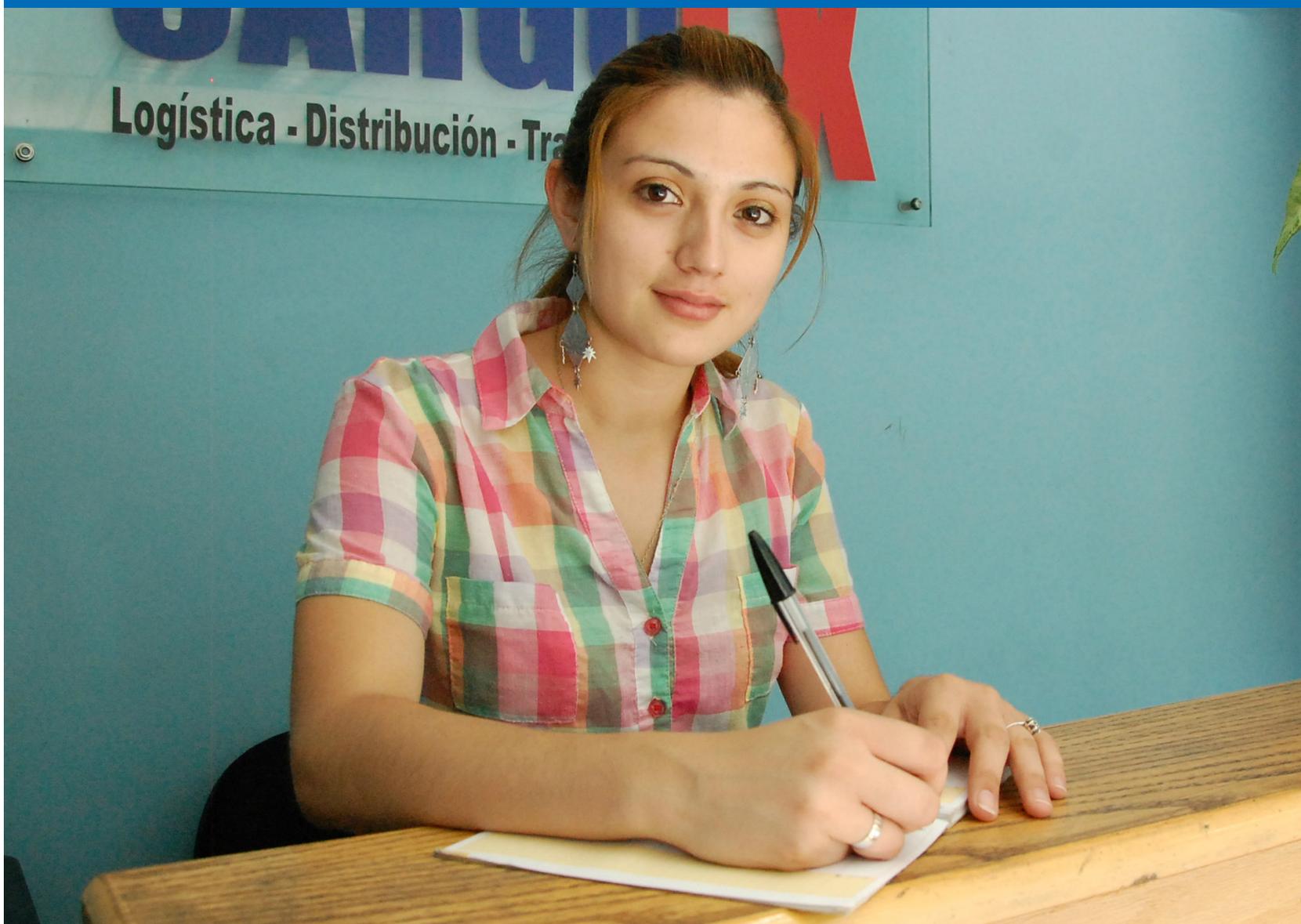




# Plan de Inserción Laboral



programa  
**YO TRABAJO**

programa  
**YO TRABAJO**

jóvenes

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

Código del proyecto:

Nombre del ejecutor:

Nombre del facilitador:

Teléfonos de contacto:

# Plan de Inserción Laboral

**Fondo de Solidaridad e Inversión Social - FOSIS**

Ministerio de Desarrollo Social

Gobierno de Chile



programa  
**YO TRABAJO**

programa  
**YO TRABAJO**  
jóvenes



<b>1. Identificación</b>	<b>7</b>
<b>2. Diagnóstico laboral para empezar a buscar un trabajo</b>	<b>8</b>
<b>3. Metas laborales para lograr mi inserción en un puesto de trabajo</b>	<b>11</b>
<b>4. Competencias laborales</b> <b>¿Con qué habilidades o capacidades cuento para encontrar un trabajo?</b>	<b>14</b>
<b>5. Entorno laboral</b> <b>¿Qué es lo que me rodea e influye en mi inserción al mercado laboral?</b>	<b>15</b>
<b>6. Identificación de redes de apoyo</b>	<b>17</b>
<b>7. Desenlace</b>	<b>18</b>
<b>8. Plan de acción</b>	<b>19</b>
<b>9. Financiamiento</b>	<b>22</b>
<b>Anexos</b>	<b>23</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.

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

programa  
**YO TRABAJO**

programa  
**YO TRABAJO**

jóvenes

## 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

---

---

---



# AUTODIAGNÓSTICO LABORAL

para empezar a buscar **UN** trabajo



Para partir es importante responder algunas preguntas acerca de mi relación con el trabajo.

## Ejercicio: Mi historia y proyecto laboral

¿He trabajado alguna vez? :

SÍ

\_\_\_\_\_

NO

\_\_\_\_\_

**Si mi respuesta es "SÍ"**

¿En qué?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Dónde?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Cómo encontré ese trabajo?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



¿Cuánto tiempo trabajé? \_\_\_\_\_

---

---

---

¿Por qué dejé de trabajar? \_\_\_\_\_

---

---

---

¿Fue/fueron trabajos dependientes o independientes? \_\_\_\_\_

---

---

---

¿Hace cuánto tiempo que no trabajo? \_\_\_\_\_

---

---

---

---



**Si mi respuesta es "NO":**

¿He buscado trabajo alguna vez?

---

---

---

¿Por qué no he buscado trabajo?

---

---

---

¿Por qué nunca he trabajado?

---

---

---



# 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, y esto 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 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

¿Qué es lo que me rodea e influye en mi inserción al mercado laboral?



Para insertarme laboralmente necesito aprender a mirar mi entorno.

## Ejercicio: Mi entorno laboral

¿Dónde buscar ofertas de empleo?

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

¿Dónde buscar ideas de trabajo independiente?

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





# IDENTIFICACIÓN DE REDES DE APOYO



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?

Instituciones que me apoyen en mis estudios y/o capacitación en oficio:

Servicios de salud :

Servicio para el cuidado de niños y niñas :

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

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

---

---

---

---

---







# 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

# ANEXOS

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

---

---

---







programa  
**YO TRABAJO**

programa  
**YO TRABAJO**  
jóvenes