

PROGRAMA TALLERES DE HABILIDADES PARA DEMANDANTES DE EMPLEO

Subproyecto: C23.I5.P01.S36
Código de Acción Programa Anual de Trabajo COEARA23b19



FINALIDAD DEL PROGRAMA

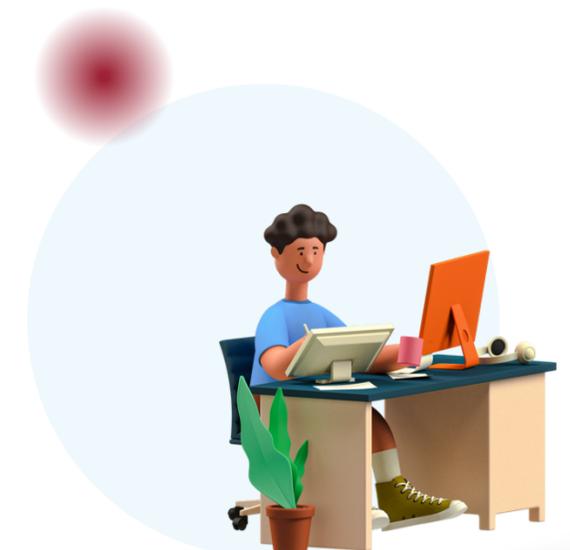
Se dirige a dotar a **las personas demandantes de empleo de Aragón de aquellas técnicas y destrezas para mejorar su empleabilidad**, sumando a las competencias profesionales ya adquiridas o potenciando la capacidad de adquirir nuevas para ejercer otras profesiones.

Son Habilidades para el empleo **las cualidades psicosociales** de una persona trabajadora (aprendidas o innatas) que le permiten adaptarse, de manera adecuada, a las condiciones de su entorno laboral.

Actualmente el mercado de trabajo, así como los **cambios e innovación** del sistema productivo (desarrollo tecnológico/informático), exige a las personas (además de una buena cualificación técnica), alta tolerancia a los cambios que imponen **las condiciones de la economía y la tecnología** (flexibilidad horaria y geográfica, automatización informática de fases productivas, rotación de personal, polivalencia, etc.).

Ello implica que las personas afronten procesos selectivos de acceso al empleo basados en el reconocimiento de habilidades que faciliten una mayor y mejor adaptación al entorno laboral, pero no todos/as los/as trabajadores/as tienen la misma capacidad para afrontar dichos cambios.

Por ello, una formación complementaria centrada en determinadas habilidades y competencias sociolaborales resulta clave para mejorar las posibilidades de aquellas personas con mayores dificultades de adaptación.



PERSONAS PARTICIPANTES

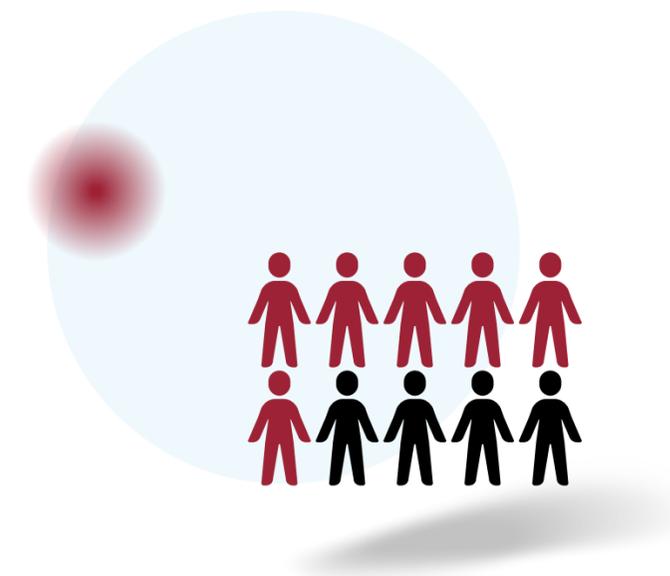
Personas demandantes de empleo: preferentemente desempleadas residentes en Aragón e inscritas en cualquiera de las oficinas de empleo de INAEM.

INSCRIPCIÓN

Contacta con tu oficina de empleo para ampliar información ó solicita cita previa:

<https://inaem.aragon.es/en/red-de-oficinas>

<https://inaem.aragon.es/en/solicitud-cita-previa-oficinas-de-empleo>



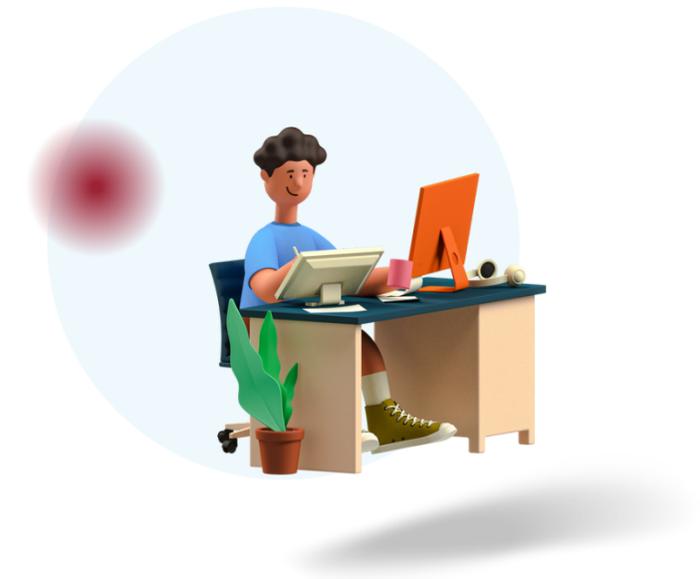
DURACIÓN DEL PROGRAMA

Desde el 1 de Septiembre al 30 de Noviembre de 2023.



TIPOLOGÍA DE TALLERES

**CONSULTA EN TU OFICINA DE EMPLEO
LOS TALLERES Y PROGRAMACIÓN
DISPONIBLE**



Autoconocimiento

Taller 1. Conócete, descubre tu pasión y potencia tu talento. 16 h.

La finalidad de este taller es potenciar el autoconocimiento.

El autoconocimiento es la habilidad de conectarse con nuestros sentimientos, pensamientos y acciones. Significa poder reconocer cómo nos perciben otras personas. Las personas que se conocen a sí mismas reconocen sus fortalezas y desafíos. Asimismo, es clave para el bienestar psicológico de las personas, puesto que aquellas que se conocen mejor saben lo que quieren en la vida, no solo en los grandes proyectos sino en las cosas cotidianas.

Pretende proporcionar a las personas participantes las herramientas adecuadas para que puedan reconocer sus cualidades, los valores personales y profesionales, sus intereses, identificar sus fortalezas personales y localizar los talentos que deben potenciar y desarrollar, mejorando de esta forma su empleabilidad



Autoestima y autoconfianza

Taller 2. Quiérete a ti mism@ y consigue tus objetivos. 16 h.

El objetivo del taller es potenciar la autoestima y autoconfianza.

La autoestima es la disposición a considerarse a uno/a mismo/a competente respecto a los desafíos básicos de la vida (la eficacia personal) y sentirse merecedor de felicidad (el respeto a uno/a mismo/a).

La autoconfianza es la creencia de que uno/a mismo/a es capaz de alcanzar el objetivo profesional que se ha establecido o de que elegirá el enfoque adecuado para resolver los obstáculos que en su proceso de búsqueda de empleo se vayan presentando. Implica afrontar la búsqueda de empleo con una actitud de seguridad en su propia capacidad.

Pretende ayudar a las personas participantes mediante herramientas y técnicas a identificar y potenciar su autoestima para vivir de una manera más plena y lograr sus objetivos, así como favorecer el desarrollo de su autoconfianza, y su relación con la búsqueda de empleo y la empleabilidad.



Adaptación al cambio, flexibilidad y toma de decisiones

Taller 3. Potencia tus fortalezas para generar cambios y para la toma de decisiones. 16 h.

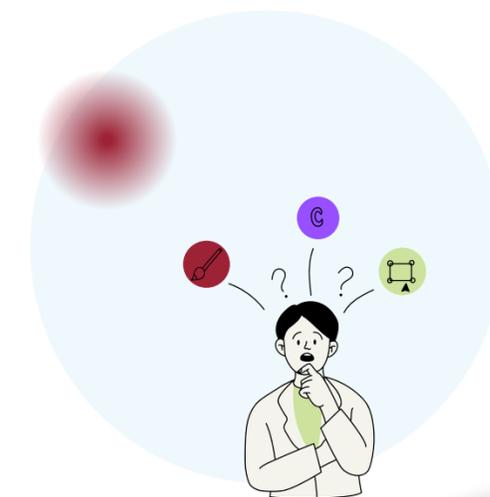
La impartición del taller pretende promover las siguientes habilidades: adaptación al cambio, flexibilidad y toma de decisiones.

La adaptación al cambio es una habilidad relacionada con promover la innovación y los nuevos emprendimientos, así como lograr transformar situaciones de cambio en oportunidades. Además, conlleva la necesidad de adaptarse a los nuevos requerimientos del mercado laboral, entre los que se encuentran el acceso a la formación y la formación continua.

La flexibilidad es la habilidad que nos ayuda a comprender puntos de vista diferentes, cambiar creencias y convicciones además de conductas que permiten adaptarse de forma rápida y eficiente a diversas situaciones.

La toma de decisiones es la habilidad que ayuda a analizar diferentes opciones y su impacto, considerando las circunstancias existentes y los recursos disponibles, para seleccionar la alternativa más adecuada.

Pretende dotar de herramientas a las personas participantes promoviendo una actitud proactiva para la búsqueda de nuevas oportunidades en el ámbito laboral, así como la necesidad de aprendizaje a lo largo de la vida. Reconocer la responsabilidad de uno/a mismo/a para producir cambios y mejoras, favoreciendo la adaptación a los requerimientos y exigencias de un mercado laboral cambiante. Y saber elegir entre las diferentes alternativas aquellas que sean las más adecuadas para la consecución de objetivos profesionales, analizando efectos y riesgos.



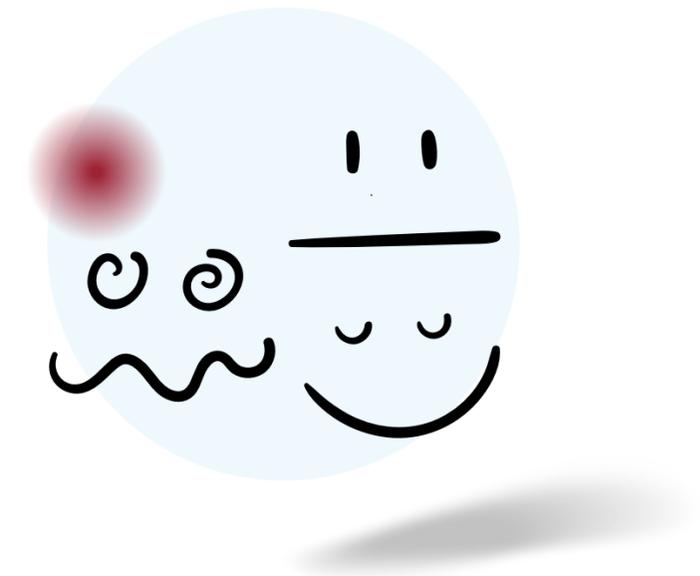
Gestión de las emociones

Taller 4. Reconoce tus emociones en la búsqueda de empleo y gestiona la incertidumbre. 16 h.

La finalidad de este taller es trabajar la gestión de las emociones. Implica ser conscientes de las emociones que sentimos, aceptarlas y regularlas si es necesario, adaptándonos al contexto en el que nos encontremos, a las exigencias del mercado laboral y a las dificultades o barreras encontradas en el proceso de búsqueda de empleo.

Pretende conocer e identificar las emociones, para qué sirven y su papel en la vida, la expresión de los estados emocionales en relación con el desempleo y la búsqueda de empleo, así como las herramientas para gestionarlas más eficazmente. Entre ellas, se trabajará la gestión del estrés, la resiliencia, la tristeza, la motivación, la incertidumbre, entre otras.

Además, busca reflexionar sobre ideas preconcebidas sobre sí y sobre el mundo laboral que han heredado, escuchado y fijado consciente o inconscientemente y que les frenan o separan de conseguir un empleo o incluso de saber qué trabajo quieren conseguir, construyendo creencias nuevas para romper barreras limitantes.



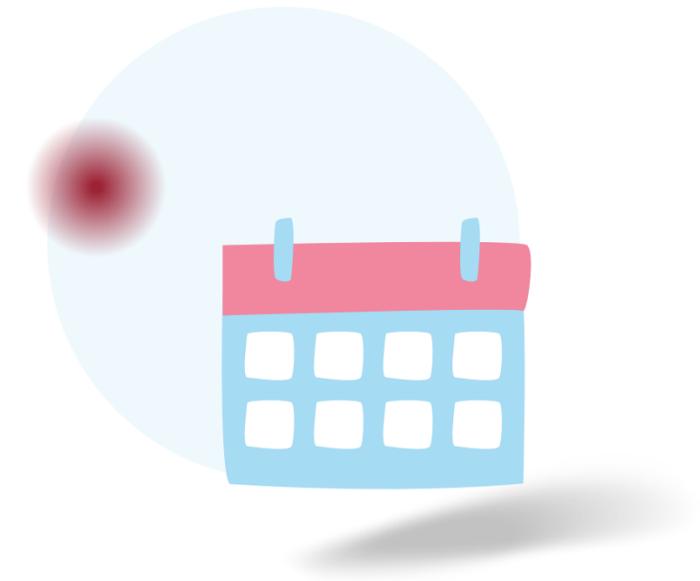
Planificación y gestión del tiempo

Taller 5. Planifica tu búsqueda de empleo. Organiza tu día a día. 16 h.

El motivo de impartición de este taller es ayudar a una mejor planificación y gestión del tiempo.

Una adecuada gestión del tiempo es aquella habilidad que permite administrar la agenda de trabajo según las prioridades establecidas y dentro de los tiempos programados para lograr los objetivos propuestos en la búsqueda de empleo.

Pretende facilitar a los/as participantes conocer las claves y las herramientas para definir y priorizar objetivos y metas, identificar los ladrones del tiempo y evitar la procrastinación. planificar la búsqueda de empleo, gestionar interrupciones e imprevistos para organizarnos de manera más eficiente y poder disfrutar del tiempo sin angustia ni estrés.



Comunicación eficaz y asertividad

Taller 6. Comunícate eficazmente de manera positiva. 16 h.

La razón por la que se incluye este taller es poder trabajar la comunicación eficaz y la asertividad.

La comunicación eficaz es escuchar y entender a los demás, transmitir información, ideas, intereses de forma clara y comprensible.

Es la capacidad de generar impacto en otras personas y convencerlas mediante estrategias de persuasión. Asertividad es la habilidad para manifestar una actitud de respeto, transparente y constructiva en la relación con los demás, así como el abordaje de situaciones difíciles. Empatía es la habilidad de escuchar y entender los pensamientos, sentimientos o preocupaciones de los demás.

Pretende capacitar a las personas participantes para conocer las estrategias más adecuadas de transmisión de la información para mantener una comunicación eficaz.

Identificar los estados emocionales de otras personas para relacionarse mejor y conocer los derechos asertivos para mantener relaciones personales y profesionales más satisfactorias. Aplicación en la búsqueda de empleo y los procesos selectivos



Creatividad en la BAE

Taller 7. Pensamiento creativo aplicado en la búsqueda de empleo. 16 h.

El propósito de este taller es desarrollar la habilidad creativa enfocada a potenciar las posibilidades de empleabilidad de las personas participantes, acompañando a las mismas en el desarrollo y mejora de habilidades y técnicas que mejoren su proceso de búsqueda de empleo y especialmente dirigido a afrontar y superar de procesos selectivos a través de metodologías innovadoras.

Para ello se utilizarán técnicas tales como gamificación, juegos LEGO, técnicas de improvisación, dramatización y/o actividades teatrales

La creatividad es la habilidad que permite identificar, plantear y resolver problemas y diferentes situaciones de forma original y divergente, así como mejorar el desarrollo de habilidades necesarias para la búsqueda activa de empleo: toma de decisiones, comunicación, etc.



Habilidades digitales. Nivel 1.

Taller 8. Cómo utilizar mi Smartphone para la búsqueda de empleo y formación. 20 h.

Se pretende que las personas participantes puedan conocer y gestionar de manera autónoma los recursos y herramientas necesarias para la búsqueda de empleo y la mejora de la empleabilidad.

El uso mayoritario y creciente de dispositivos móviles, es una realidad que se refleja también en el ámbito del empleo, en la búsqueda de ofertas de trabajo y en los procesos de selección.

Se pretende promover la adquisición de habilidades digitales de nivel básico en las que se incluirán aspectos como el manejo de internet y manejo del correo electrónico en el proceso de búsqueda activa de empleo y en la selección de personal, búsqueda y acceso a formación online, uso de apps y webs de empleo, introducción al uso de redes sociales profesionales, herramientas on line de planificación de agenda on line y seguridad en la red

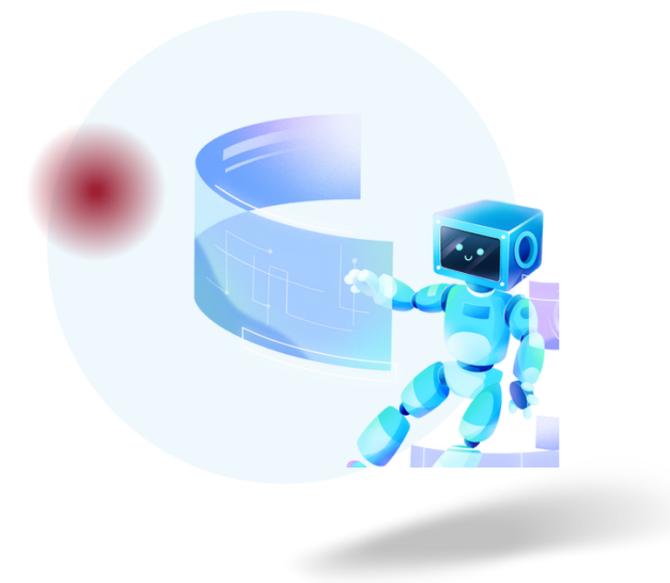


Habilidades digitales. Nivel 2.

Taller 9. Gestión y trámites online. ¡Adiós al papeleo!. 20 h.

Este taller busca facilitar que las personas participantes sean autónomas para poder gestionar por internet trámites habituales como solicitar citas, obtener certificados o informes, realizar inscripciones, cumplimentar y enviar formularios, obtención de la firma digital, PIN MÓVIL, Sistema Cl@ve y certificado Electrónico, trámites con INAEM, Seguridad Social, SEPE, entre otros, así como la gestión de la tramitación asociada a la participación en procesos selectivos para las Administraciones públicas (modelos, acceso, etc.).

Se pretende informar, motivar y entrenar a las personas participantes sobre el uso de herramientas de trámite on line para la vida diaria y para relacionarse con las Administraciones Públicas en la era digital incluyendo información relativa a seguridad en la red.



Habilidades digitales. Nivel 3.

Taller 10. Marca personal, LinkedIn y seguridad en la red. 20 h.

La finalidad de este taller es que las personas participantes puedan profundizar en el concepto y gestión de la marca personal y su vinculación a la superación de procesos de selección, así como el perfil público profesional mostrado en la red.

Además, serán acompañados/as en el proceso de creación y/o mejora del perfil, se profundizará en los usos de LinkedIn y en saber desenvolverse en las diferentes funcionalidades que ofrece la herramienta como gestión de la red de contactos, visibilidad en la base de búsquedas de empresas y reclutamiento, acceso a ofertas de empleo promovidas por las empresas, participación en comunidades de expertos y profesionales por actividad, entre otras.

Además, en este taller se trabajará la seguridad en la red.

