

7 CONSEJOS ANTES DE ELABORAR EL CURRÍCULUM

1. **MIRA y REvisa el CV de otras personas** que conozcas o que admires, te aportarán ideas e información, no se trata de que copies, si no de que curioses lo que otros hacen y compares con lo que tú has hecho.
2. **REvisa redes profesionales como LINKEDIN**, donde podrás ver otros perfiles profesionales, con el mismo objetivo, recopilar ideas.
3. **REÚNE toda la INFORMACIÓN de tus trabajos anteriores** y anótalo en un cuaderno, fechas, nombres de empresas, dimensión de la misma, fechas de inicio y fin de la actividad, motivo por el que cesaste en esa actividad, etc... Después ordena toda la información cronológicamente.

No olvides incluir toda tu FORMACIÓN, tanto reglada como no reglada y sobre todo, todos aquellos cursos que has realizado y que complementan tu experiencia laboral. Debes intentar recopilar todos los títulos de esos cursos.

Revisa todos los carnés profesionales que tengas o necesites para desempeñar tu trabajo, comprueba que no caducaron o que los perdiste.

4. **ESCRIBE en un cuaderno las FUNCIONES que realizaste** en las diferentes empresas en las que trabajaste e intenta expresarlas lo mejor posible. Por ejemplo, se suele poner: "Camarero", pero no indicamos qué clase de camarero y no es lo mismo ser camarero de sala, que de barra, que de salones de bodas o eventos o bares de copas. O haber sido recepcionista en una multinacional donde se requerían conocimientos de otros idiomas, aunque fuesen básicos, que de una empresa familiar.

Por ello, es importante que describas bien las funciones que realizabas, de una manera clara, resumida, sencilla y que no deje lugar a dudas de todo de lo que eres capaz.

5. Coge de nuevo PAPEL y LÁPIZ y **ESCRIBE en un cuaderno las HABILIDADES y CAPACIDADES profesionales y personales** que tienes. Por ejemplo, si trabajas bien en equipo, si resuelves bien en situaciones de estrés, si eres activo y con iniciativa, etc... Éste será quizá el paso más difícil, no estamos acostumbrados a decirnos: "en QUE SOY BUENO", no es pedantería, simplemente eres bueno en unas cosas y malo en otras, como todo el mundo.
6. La FOTOGRAFÍA en el CV es importantísima, **HÁZTE UNA FOTO RECIENTE**, donde se vea bien tu cara, con el gesto más natural posible. NO UTILICES fotos antiguas aunque estés mejor, ni recortes aquella foto

que tienes tan buena de la boda de tu primo dónde apareces con un grupo de amigos.

Siéntete a gusto con esa foto y si no es así, repítela hasta que consigas la más adecuada.

7. **PIDE AYUDA** si ves que no lo tienes claro, que no eres capaz de realizarlo, el ordenador te supera, si no sabes expresarlo bien. Siempre hay un familiar, amigo, vecino, LA BOLSA DE EMPLEO MUNICIPAL que te pueden echar una mano. Hay que saber dar, pero también recibir.

¡AHORA! ya podemos empezar a realizar nuestro CV.

Saludos,

By Inés Antía