

BLOQUE I

DEFINICION DE TU PERFIL OCUPACIONAL A PARTIR DE UNA EXPLORACION PERSONAL	9
---	----------

CAPITULO 1

Clarificación de tus aspiraciones personales y laborales	11
1.1. ¿A QUE ME DEDICO ACTUALMENTE? ¿CUALES SON MIS PRINCIPALES PREOCUPACIONES?	11
1.2. ¿QUE QUIERO HACER Y COMO QUIERO QUE SEA MI VIDA EN EL FUTURO?	13
1.3. ¿QUE SIGNIFICA TRABAJAR?	14
1.4. VENTAJAS Y COMPROMISOS	14
1.4.1. ¿QUE ES LO QUE EL TRABAJO REMUNERADO PUEDE APORTARTE?	15
1.4.2. EL TRABAJO REMUNERADO IMPLICA COMPROMISOS QUE TENDRAS QUE ASUMIR Y HACER COMPATIBLES CON TU VIDA PERSONAL	16
1.5. LA DECISION DE TRABAJAR Y TU FAMILIA	17
1.6. ¿COMO SERA DISTRIBUIDO EL TIEMPO?	18
1.7. LA REMUNERACION REQUERIDA	19
RESUMEN	20
PAUTA DE EVALUACION DEL CAPITULO 1	21

CAPITULO 2

¿Cuáles son tus intereses ocupacionales?	23
2.1. ¿COMO TE GUSTARIA TRABAJAR?	23
2.2. OFICIOS PARA LOS CUALES TIENES FACILIDADES	26
2.3. DEFINE BIEN TUS GUSTOS Y CONOCE LO QUE EL MERCADO DE TRABAJO OFRECE EN CUANTO A POSIBILIDADES DE OCUPACION	28
2.4. ¿CUALES SON TUS PRINCIPALES MOTIVACIONES E INTERESES LABORALES?	32
RESUMEN	35
PAUTA DE EVALUACION DEL CAPITULO 2	36

BLOQUE II

LA DECISION SOBRE TU PROYECTO OCUPACIONAL 39

CAPITULO 3

Lo que los empleadores esperan de ti y lo que tú estás dispuesta a asumir	41
3.1. AVERIGUA LO QUE EXIGE EL MERCADO DE TRABAJO	41
3.2. ASPECTOS IMPORTANTES QUE LAS EMPRESAS TOMAN EN CUENTA AL SELECCIONAR A SU PERSONAL	42
3.3. EJEMPLOS DE REQUISITOS SOLICITADOS EN TRES TIPOS DE OCUPACION	43
3.4. LO QUE LOS EMPLEADORES VALORAN EN TI	45
3.5. ¿COMO OBTENER MAYORES ANTECEDENTES SOBRE LAS OCUPACIONES QUE A TI MAS TE ATRAEN?	50
3.6. LAS OCUPACIONES QUE PREFERIRIAS DESEMPEÑAR	50
3.7. ¿QUE ES LO QUE ESTAS DISPUESTA A HACER DE TU PARTE?	52
3.8. SI NO ENCUENTRAS TRABAJO EN LO QUE TE GUSTA, ¿POR QUE NO UNA OCUPACION EN OTRA AREA LABORAL?	57
3.9. LA PREPARACION PROFESIONAL	58
3.9.1. ¿QUE ES UN EMPLEO NO CALIFICADO?	58
3.9.2. ¿QUE ES LO QUE CARACTERIZA A LOS EMPLEOS CALIFICADOS?	58
3.10. ¿QUE ALTERNATIVAS TIENES PARA PROGRESAR EN TUS CALIFICACIONES LABORALES?	59
RESUMEN	64
PAUTA DE EVALUACION DEL CAPITULO 3	65

BLOQUE III

PLANIFICACION DE LA BUSQUEDA DE EMPLEO 67

CAPITULO 4

Organización de la búsqueda de empleo	69
4.1. AUMENTA TU NIVEL CULTURAL Y APRENDE A USAR BIEN EL IDIOMA	69
4.2. APRENDE A REDACTAR UN BUEN CURRICULUM VITAE	70
4.3. APRENDE A REDACTAR CORRECTAMENTE UNA SOLICITUD DE EMPLEO	73
4.4. LA OBTENCION DE DOCUMENTOS	74
4.5. CUIDA TU PRESENTACION PERSONAL	74
4.6. APRENDE A DESPLAZARTE POR LA CIUDAD	75
4.7. MANEJA UNA CARPETA Y UNA AGENDA	75
4.8. DEDICA SISTEMATICAMENTE TIEMPO A LA BUSQUEDA DE EMPLEO	77
RESUMEN	78
PAUTA DE EVALUACION DEL CAPITULO 4	79

CAPITULO 5

Técnicas de búsqueda de empleo y procesos de selección de personal	81
5.1. MANIFIESTA TU DESEO DE TRABAJAR	81
5.2. CONSULTA LOS AVISOS DE EMPLEO PUBLICADOS EN LOS MEDIOS DE COMUNICACION	81
5.3. DIRIGETE A LAS OFICINAS MUNICIPALES DE COLOCACION (OMC)	85
5.4. DIRIGETE A LAS AGENCIAS PRIVADAS DE EMPLEO	86
5.5. CONSULTA LOS AVISOS COLOCADOS EN LOCALES COMERCIALES	87
5.6. DIRIGETE DIRECTAMENTE AL EMPLEADOR O A SU REPRESENTANTE	88
5.7. PLANIFICACION DE LA BUSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO	88
5.8. EL PROCESO DE SELECCION	90
5.8.1. ¿QUE ES LA ENTREVISTA INDIVIDUAL?	92
5.8.2. LAS ENTREVISTAS DE GRUPO	92
5.9. LAS PRUEBAS O TEST PROPIAMENTE TALES	93
5.9.1. CARACTERISTICAS GENERALES DE LAS PRUEBAS	93
5.10. ¿COMO LOGRAR UN INSERCIÓN LABORAL SATISFACTORIA?	93
RESUMEN	94
PAUTA DE EVALUACION DEL CAPITULO 5	96

BLOQUE IV

CONOCIMIENTO DEL CONTEXTO LEGAL E INSTITUCIONAL VINCULADO A LA ACTIVIDAD LABORAL	99
---	-----------

CAPITULO 6

Alerta a las condiciones de trabajo a convenir	101
6.1. EL CONTRATO DE TRABAJO	101
6.2. LA JORNADA DE TRABAJO	104
6.3. LAS NORMAS QUE PROTEGEN LA MATERNIDAD	105
6.4. LA DURACION DEL CONTRATO DE TRABAJO	105
6.5. ¿QUE OTROS CONTRATOS DE TRABAJO EXISTEN?	106
6.5.1. ¿CUAL ES EL CONTRATO COLECTIVO DE TRABAJO?	107
6.6. ¿COMO SE PONE FIN A UN CONTRATO DE TRABAJO?	108
6.7. LA REMUNERACION	109
6.8. LA LIQUIDACION DE LAS REMUNERACIONES	110
6.9. LA MUJER CASADA Y LOS FRUTOS DE SU TRABAJO	111

CAPITULO 7

Informaciones sobre el trabajo independiente	113
7.1. EL TRABAJO INDEPENDIENTE INDIVIDUAL	113
7.2. EL TRABAJO INDEPENDIENTE GRUPAL	114
7.3. LAS SOCIEDADES COMERCIALES	114
7.4. EL TRABAJO INDEPENDIENTE Y LA MUJER JOVEN	116
7.5. EL TRABAJO INDEPENDIENTE Y LA MUJER CASADA	116
7.6. LOS PASOS A DAR PREVIOS AL INICIO DEL TRABAJO INDEPENDIENTE	116
7.7. LOS PERMISOS MUNICIPALES	118
7.8. ORGANIZACIONES QUE TE PROPORCIONARAN INFORMACIONES Y/O ASESORIA LEGAL Y TECNICA	118
7.8.1. ORGANIZACIONES DEL ESTADO	
A. Fondo de Solidaridad e Inversión Social (FOSIS)	119
B. Servicio de Cooperación Técnica (SERCOTEC)	121
C. Promoción y Desarrollo de la Mujer (PRODEMU)	123
7.8.2. INSTITUCIONES PRIVADAS	125
RESUMEN	127

CAPITULO 8

Directorio de instituciones de apoyo a la mujer trabajadora	129
ANEXO A SERVICIO NACIONAL DE CAPACITACION Y EMPLEO, SENCE	131
ANEXO B CENTROS DE INFORMACION DE LOS DERECHOS DE LA MUJER, CIDEM, DEL SERVICIO NACIONAL DE LA MUJER, SERNAM	133
ANEXO C OFICINAS MUNICIPALES DE COLOCACION, OMC	135
ANEXO D DIRECCION REGIONAL DEL TRABAJO, DRT INSPECCION PROVINCIAL DEL TRABAJO, IPT INSPECCION COMUNAL DEL TRABAJO, ICT	145
ANEXO E CORPORACIONES DE ASISTENCIA JUDICIAL	153