

## LISTA DE CUALIDADES PROFESIONALES

FACTORES	CAPACIDAD DE TRABAJO/ PRODUCTIVIDAD Cantidad y calidad de trabajo que eres capaz de desarrollar	COOPERACIÓN/ TRABAJO EN EQUIPO Capacidad para aunar esfuerzos con otros para lograr un fin	DOTES DE MANDO/ LIDERAZGO Áptitud para imponerte con naturalidad
EXCELENTE 10-9	Trabajadora infatigable Extraordinario rendimiento en cantidad y calidad	Colaboras con entusiasmo Muy apta para el trabajo en equipo	Siempre te impones con naturalidad y consigues el apoyo entusiasta de los demás
NOTABLE 8-7	Más trabajadora de lo normal Buen rendimiento en cantidad y calidad	Colaboras espontáneamente Trabajas con facilidad en equipo	Te impones con autoridad y consigues la colaboración de tus subordinados
NORMAL 6-5-4	Trabajadora normal Rendimiento y eficacia normal	Capaz de colaborar y trabajar en equipo	Normalmente te haces obedecer por tus colaboradores
BAJO 3-2	Menos trabajadora de lo normal Escaso rendimiento	Te supone un esfuerzo colaborar y trabajar con otros	Poca autoridad Te haces obedecer pasivamente y sin entusiasmo
DEFICIENTE 1-0	Muy poco trabajadora	Incapaz de colaborar Entorpeces el trabajo en equipo	No tienes autoridad No generas aceptación ni entusiasmo
PUNTOS			

FACTORES	JUICIO/ CAPAC. ANALÍTICA Capacidad de adoptar con sensatez una decisión tras analizar la situación	ORGANIZACIÓN Capacidad para la planificación y previsión en función del máximo rendimiento	CREATIVIDAD/ INTELIGENCIA GRAL Capacidad general de adaptación de la mente a los nuevos problemas
EXCELENTE 10-9	Basas siempre tus decisiones en un análisis profundo de las situaciones y actúas con total sensatez	Dotes extraordinarias para organizar, planificar tiempos y acciones y delegar autoridad y responsabilidad	Extraordinariamente dotada para concebir ideas brillantes y originales y para resolver rápida y precisamente nuevos problemas
NOTABLE 8-7	Reflexiva y muy sensata en tus decisiones y conducta	Buena capacidad para organizar el trabajo y delegar funciones	Facilidad para concebir ideas originales y resolver rápida y precisamente nuevos problemas
NORMAL 6-5-4	Decides y actúas normalmente con sentido común y sensatez	Capacidad normal para organizar el trabajo y repartir tareas	Capaz de asimilar nuevas ideas y resolver problemas normales
BAJO 3-2	Escaso sentido común Decides y actúas con cierta ligereza	Sólo capaz de organizar trabajos rutinarios Incapaz de repartir responsabilidades	Capacidad limitada para asimilar nuevas ideas y resolver problemas normales
DEFICIENTE 1-0	Actúas irreflexiva e insensatamente	Desorganizada Recargas tus trabajos con detalles superfluos Incapaz de delegar y organizar	Torpe para asimilar nuevas ideas y resolver problemas
PUNTOS			

FACTORES	FACILIDAD DE EXPRESIÓN/ COMUNICACIÓN Capacidad para utilizar correctamente el idioma	SOCIABILIDAD Capacidad para relacionarse a los demás y adaptarse a un ambiente creado	PÉRSUASIÓN Facilidad para que tus ideas sean aceptadas por los demás
EXCELENTE 10-9	Te expresas siempre con extraordinaria fluidez, precisión y claridad	Gran habilidad para crear clima de confianza y respeto Muy simpática y desvuelta Eres muy popular y altamente considerada Facilidad de contacto	Optima argumentación Exposición brillante Gran capacidad y deseo de influir en los demás
NOTABLE 8-7	Te expresas con facilidad y corrección	Creas simpatía en tus relaciones Apreciada, espontánea respetuosa Interesada por los demás Haces amigos fácilmente	Ideas sugerentes Generalmente convences Persistente en la defensa de objetivos
NORMAL 6-5-4	Normalmente te expresas adecuadamente	Te desenvuelves socialmente con soltura Eres bien aceptada Intermedio entre intro y extrovertida	Presentas las ideas sin mucha energía Sólo convences a veces
BAJO 3-2	Escasa facilidad para la correcta expresión verbal	No despiertas simpatía Se te tolera Faltas al tacto Reservada, superficial No te interesan los demás Poco contacto social	Poco convincente Tus argumentaciones son flojas y no influyen en los demás
DEFICIENTE 1-0	Expresión confusa, lenta e imprecisa	Insociable Despiertas antipatía Orgullosa, dominante Dogmática, impopular Inspiras desconfianza Pesada, charlatana Muy introvertida o muy extrvertida	Sueles irritar a la gente además de no convencerla
PUNTOS			

FACTORES	PRESENCIA Conjunción armónica de porte, ademanes y gestos	VITALIDAD Vigor. Energía. Dinamismo. Estado de alerta	ENTUSIASMO Capacidad de entrega a tu tarea. Disposición Afán de superación
EXCELENTE 10-9	Impecable Muy apropiada Elegante, atractiva Causa muy buena impresión Ademán seguro Mirada directa	Nivel extraordinario de vigor Incansable Muy dinámica Siempre dispuesta Excelente salud	Entusiasta, apasionada Voluntariosa Excelente ritmo de trabajo Muy luchadora Necesidad de acción
NOTABLE 8-7	Cuidada Satisfactoria Produce buena impresión Agradable Muy correcta Inspira simpatía	Vigorosa Resistente a grandes esfuerzos Muy activa Muy dispuesta	Habitual interés y entusiasmo por lo que haces Espíritu de lucha
NORMAL 6-5-4	Correcta Normal	Cierto vigor Resistente al esfuerzo Activa Dispuesta Energía normal	Proporción de interés normal por tus tareas Trabajadora escrupulosa, pero sin mucho entusiasmo
BAJO 3-2	Descuidada Abandonada Aspecto algo raro Desgarbada Demasiado nerviosa Presumida Muy condescendiente	Escaso vigor Baja resistencia Poco activa Poco dispuesta	Te limitas a cumplir con tus obligaciones Algo distraída e indiferente Poco amante del trabajo Poco sacrificada y combativa
DEFICIENTE 1-0	Desaliñada Excesivamente añilada Rara, repelente Repulsiva Zafia, tosca Descortés, antipática Servil	Endeble Débil Cansina Enfermiza Apática Indolente	Indiferente, abúlica Lenta, sumisa Excesivamente agresiva
PUNTOS			

FACTORES	SENTIDO DE LA JUSTICIA/ HONRADEZ Valoración objetiva e imparcial de las situaciones	MADUREZ/ ESTABILIDAD EMOCIONAL Capacidad para integrar los rasgos de personalidad	SENTIDO DE LA RESPONSABILIDAD Disposición para aceptar los deberes y obligaciones
EXCELENTE 10-9	Alto sentido de la justicia, aun en situaciones difíciles Irradias confianza Eres una persona en la que confían y a la que siempre recurren	Gran equilibrio y autocontrol Mucha confianza en tí misma Muy objetiva y autodisciplinada Leal, flexible y abierta Muy adaptable	Buscas y asumes responsabilidades Eres muy consciente de ellas y las asumes plenamente Trabajas muy bien y sin necesidad de control
NOTABLE 8-7	Imparcial y justa, aun en situaciones difíciles Sueles gozar de la confianza de los demás	Buen equilibrio Conducta normal Reflexiva Conoces tus errores y tus éxitos No tienes prejuicios Confías en tí misma Capaz de dominarte	Asumes espontáneamente las responsabilidades que te corresponden. Las aceptas bien Seria y responsable Precisas un control mínimo
NORMAL 6-5-4	Normalmente justa e imparcial Fiable	Normal Moderado equilibrio A veces no eres objetiva Capacidad para corregirte	Aceptas las responsabilidades derivadas de tus deberes y obligaciones Necesitas un cierto control
BAJO 3-2	Escaso y subjetivo sentido de la justicia A veces suscitas desconfianza en tus compañeros	Cambias fácilmente de estado de ánimo Nerviosa, individualista Emotiva en exceso Te guías por prejuicios Pierdes el control con frecuencia Triste, inflexible	Procuras eludir la responsabilidad Reacia a asumirla
DEFICIENTE 1-0	Sin sentido de la justicia Injusta, arbitraria No eres digna de confianza ni fiable	Te hipervaloras o te infravaloras Muy atravida o muy tímida Intransigente, irritable No reflexiva, terca Pesimista, neurótica Rebelde a la crítica	Nunca asumes tus propias responsabilidades No eres digna de confianza para el trabajo
PUNTOS			

FACTORES	PERSEVERANCIA Constancia en la decisión	INICIATIVA Capacidad de reacción rápida y autónoma	DECISIÓN Capacidad para la toma de decisiones
EXCELENTE 10-9	Mantienes hasta el final las decisiones adoptadas, aun en situaciones excepcionales. Resuelta, muy segura Gran constancia Encajas fracasos y aprendes de ellos	Te anticipas inteligentemente a las órdenes siempre que la situación lo exige. Buscas y aceptas nuevas tareas Gran promotora de ideas	Siempre tomas las decisiones con rapidez y seguridad, de forma consciente y reflexiva
NOTABLE 8-7	Constante y perseverante aun en situaciones difíciles Tenaz No te asustan las dificultades Encajas bien fracasos	Reaccionas apropiadamente en situaciones complicadas. Tienes recursos Espíritu de iniciativa Originalidad	Normalmente tomas tus decisiones con rapidez y seguridad
NORMAL 6-5-4	Perseverante en situaciones normales Moderadamente tenaz Aunque sufres desalientos y desánimos, los superas normalmente	En situac. normales, actúas sin necesidad de órdenes expresas Ofreces a menudo sugerencias Suficiente capacidad de iniciativa	Te tomas cierto tiempo para adoptar una decisión pero cuando actúas lo haces con seguridad
BAJO 3-2	Fácil.influenciable Cambias tus decisiones en situac. Imprevistas Te desanimas fácil. No confías en tus facultades Buscas protección si encuentras problemas	No te gusta tomar decisiones en situac. Imprevistas Escasa iniciativa Pocas sugerencias Dependes mucho de los demás Te falta energía Necesitas guías	Te cuesta tomar decisiones y no te sientes cómoda haciéndolo. Además, no sueles quedar satisfecha con tu elección
DEFICIENTE 1-0	Inconstante Incapaz de mantener el sentido de tu decisión y tu conducta Fácil de disuadir y convencer Abandonas fácilmente ante circunstancias adversas	Incapaz de actuar sin órdenes expresas Negativo Precisas estimulación constante Rutinario Sin iniciativa	Prefieres que otros tomen las decisiones por tí. Tienes miedo a elegir No tomas partido
PUNTOS			

FACTORES	TOLERANCIA/ FLEXIBILIDAD Capacidad para escuchar a aquellos que tienen otro punto de vista	TRABAJO BAJO PRESIÓN Capacidad para soportar situaciones tensas y asumir riesgos	CAPAC. DE APRENDIZAJE Capacidad de adaptación y aprendizaje de novedades
EXCELENTE 10-9	Siempre escuchas a los demás cuando dan su opinión sin emitir juicios críticos al respecto Abierta a la crítica constructiva Transigente	Asumes cualquier riesgo para llegar a conseguir algo Aguantas con fácil las dificultades y problemas Rindes más si trabajas bajo presión	Siempre estás dispuesta para aprender nuevas metodologías de trabajo. Te gusta estar al día Aprendes con gran rapidez y facilidad
NOTABLE 8-7	Habitualmente abierta a las opiniones de los demás Sueles escuchar a los compañeros cuando te cuentan sus problemas y necesitan tu opinión	No te importa asumir ciertos riesgos No te sientes desbordada cuando se acumulan los problemas y surgen situaciones tensas Trabajas bien bajo presión	Facilidad para el aprendizaje de nuevas tareas
NORMAL 6-5-4	Normalmente dispuesta a recibir opiniones y consejos A veces te empeñas en tener razón en tu postura Dispuesta a escuchar	Asumes riesgos controlados Mantienes la calma y el ritmo de trabajo en situaciones tensas Aguantas bien cierta presión	Sueles asumir bien los cambios tecnológicos Aprendes a una velocidad normal
BAJO 3-2	No sueles escuchar a las personas que tienen un modo distinto de ver las cosas Te molesta que su opinión no coincida con la tuya No aceptas consejos	No estás cómoda si tienes que asumir riesgos No trabajas bien bajo presión	Te cuesta adaptarte a cambios en los métodos de trabajo y en las tareas. Necesitas bastante tiempo para aprender
DEFICIENTE 1-0	No escuchas a aquellos que piensan diferente Te enfadas si no reconocen que tú tienes razón No admites sugerencias ni críticas	Pierdes los nervios en situaciones tensas Te estresas con facilidad Sólo trabajas en situaciones relajadas y rutinarias	Lenta en el aprendizaje de nuevas tecnologías y operaciones No estás dispuesta a cambiar de método de trabajo
PUNTOS			

## PREGUNTAS - ENTREVISTA DE SELECCIÓN

### PREGUNTAS QUE PUEDES PLANTEAR DURANTE EL PROCESO DE SELECCIÓN

#### Sobre la empresa

- ~ Situación del sector donde se desarrolla su actividad.
- ~ Previsiones de desarrollo.
- ~ Previsiones de organización.

#### Sobre el puesto a cubrir

- ~ Motivo por el cual hay un puesto. ¿Es nuevo?. ¿Reemplaza a otro?
- ~ En el primer caso: ¿por qué lo crean?
- ~ En el segundo caso: ¿por qué quedó vacante?
- ~ Dependencia jerárquica inmediata y superior
- ~ Margen de iniciativa
- ~ Proceso de selección de dicho puesto
- ~ Aclaraciones sobre la remuneración (forma de pago, fechas, pagas extras, descuentos, etc.)

#### Sobre condiciones de Trabajo

- ~ Lugar - Vacaciones - Vestuario
- ~ Ambiente - Horario - Transporte
- ~ Comedor - Calendario - Permisos

#### Sobre política de personal

- ~ Posibilidad de promoción
- ~ Posibilidad de formación inicial y posterior
- ~ Política salarial
- ~ Si existe sistema de incentivos
- ~ Si existe sistema de apreciación de resultados individuales
- ~ Si existe un sistema de valoración de objetivos

### PREGUNTAS QUE TE PUEDEN PLANTEAR A TÍ

#### Formación

- ¿Qué estudios realizó y por qué los eligió?
- ¿Repetiría su elección de estudios si volviera a empezar?
- Destaque la formación que posea que más se ajuste al puesto
- ¿Está dispuesto a completar su formación en lo que se precise?
- ¿Qué idiomas conoce y a qué nivel?
- ¿Aceptaría condicionar su retribución a los progresos de la formación?

#### Pasado profesional

- Hábleme de sus experiencias profesionales
- ¿Qué puesto ha sido el último que ha desempeñado?
- ¿Por qué dejó el último empleo?
- ¿De todo lo que ha hecho hasta ahora, qué es lo que más le gusta y por qué?

#### Motivo de la solicitud

- ¿Por qué le gustaría obtener PRECISAMENTE este empleo y no otro?
- ¿Qué le llamó la atención en el anuncio o en la noticia que tuvo acerca de su existencia?
- ¿Qué piensa que puede usted aportar?
- ¿En qué piensa que puede usted mejorar trabajando con nosotros?
- ¿Qué cree que puede usted aportarnos si no tiene experiencia profesional?

#### Proyectos

- ¿Cuales son sus objetivos a corto, medio y largo plazo?
- ¿Por qué cree que es usted la persona más idónea para el puesto?

- ¿Qué méritos o puntos fuertes le pueden proporcionar ventajas respecto a otros candidatos?

### **Comportamiento en el trabajo**

- Como le gusta trabajar: ¿sólo?, ¿en equipo?, ¿le es indiferente?
- ¿Por qué prefiere trabajar en equipo?
- ¿Por qué prefiere trabajar sólo?
- ¿Qué experiencias tiene del trabajo en equipo?
- ¿Se ha entregado fácilmente en un grupo de trabajo?
- ¿Prefiere formar grupo con personas con las que previamente tiene amistad?
- ¿Cree que, salvo, excepciones, la amistad profesional y particular no deben mezclarse?
- ¿Tiene tendencia a aceptar, a discutir o a poner sistemáticamente en duda las instrucciones de sus superiores?
- ¿Confía o duda en general en la eficacia de los demás compañeros?
- ¿Cómo acepta las normas de disciplina?: con convencimiento, como un mal necesario, como una imposición.
- ¿Qué opina de sus jefes anteriores?

### **Condiciones Personales**

- ¿Puede incorporarse inmediatamente?
- ¿Está dispuesto a cambiar de residencia?
- ¿No le importa tener que viajar frecuentemente?
- ¿Tiene vehículo propio?
- ¿Es usted propietario de su vivienda?
- ¿Tiene alguna ocupación complementaria, retribuida o no?
- ¿Tiene otras ofertas de trabajo alternativas?
- ¿Tiene usted alguna actividad extraprofesional, política, sindical, cultural, deportiva, artística, comunitaria, etc.?
- ¿Tiene usted alguna actividad propia?: negocio familiar, administración de propiedades, cultivo de tierras, clases particulares, etc.
- ¿Qué aficiones tiene para sus ratos de ocio?. ¿En qué los ocupa?
- ¿Qué otras aficiones no ha podido desarrollar y aspira a hacerlo en el futuro?
- ¿Tiene usted amigos?

## REGISTRO DE COMPETENCIAS EXTRAÍDAS

A partir de la descripción de tus experiencias, y de la identificación de las competencias extraídas de las mismas, completa este registro en los apartados que se indican.

1. Fecha y período (días, meses, años)	2. - Seguí un curso de... - Realicé prácticas en... - Me ocupé de... - Trabajé como...	3. En (Centro, empresa, institución, academia...).	4. Las funciones que mejor se me daban: (COMPETENCIAS) Interés: mucho/poco/nada	5. En lo que fallaba: (COMPETENCIAS) Interés: mucho/poco/nada	6. Certificado (SI / NO) (Tipo)