



MARATÓN VIRTUAL

DE OPORTUNIDADES LABORALES, INNOVACIÓN Y EMPRENDIMIENTO

RESILIENCIA – EMPATÍA Y EMPLEO

NOVIEMBRE DE 2020

¡Felicitaciones por regalarse este espacio!



**MARATÓN VIRTUAL DE
OPORTUNIDADES LABORALES,
INNOVACIÓN Y EMPRENDIMIENTO**

¡ERES NUESTRO INVITADO ESPECIAL!

12 NOVIEMBRE
08:30 A.M. VIRTUAL

AGENDA ACADÉMICA

JORNADA MAÑANA: EMPLEO

08:30 a.m. a 10:00 a.m. Taller: Creación Hoja de vida y estrategias laborales Cristhian Dueñas	11:00 a.m. a 12:00 a.m. Resiliencia, empatía y empleo Adriana Meza
10:00 a.m. a 11:00 a.m. Identifica y destaca tu perfil para un nuevo empleo Juliana Gómez	12:00 m. a 01:00 p.m. Marca Personal-Networking: ¿Es importante el Personal Branding en la búsqueda de empleo? Hugo Loaiza

JORNADA TARDE: EMPRENDIMIENTO E INNOVACIÓN

02:00 p.m. a 03:00 p.m. Generación de valor con Innovación Julio Mario Rodríguez	04:00 p.m. a 05:00 p.m. Modelos y propuesta de valor para tu negocio Lela Sánchez
03:00 p.m. a 04:00 p.m. El poder de la Co-creación Juliana Gómez	05:00 p.m. a 06:30 p.m. Micro Taller: Potencia tu marca con Instagram Miguel Angel Rodríguez

ADRIANA MEZA MATALLANA



Esposa
Madre



Perfil general

Consultora de Gestión Humana con experiencia en procesos de Outplacement, Gestión de Cambio & Cultura, Formación, Desarrollo, Calidad de vida, Atracción de talentos, Marca empleadora y Responsabilidad Social.



Educación

- Magister en Gestión Social Empresarial - Universidad Externado de Colombia
- Especialista en Gestión del Desarrollo Humano y Bienestar Social Empresarial - Universidad Externado de Colombia
- Psicología - Universidad Piloto de Colombia



Experiencia Docencia

- Universidad Externado De Colombia
- Universidad CUN



Certificaciones

- Desarrollo de Coaching y Retroalimentación– OCC Consultores
- Certificación Gestión de. Cultura Organizacional– OCC Consultores
- Certificación Gestión del Engagement – OCC Consultores
- Certificación Internacional Transformación Cultural - CHANGE AMERICAS
- HRBP BOOT CAMP RH como Socio Estratégico de negocio - THE RBL GROUP
- Derecho laboral para no Abogados - UNIVERSIDAD EAFIT
- La Gerencia Efectiva HAGE- Liderazgo para la competitividad - FRANCO Y COMPAÑÍA LTDA
- 7 Hábitos para Gerentes - FRANKLIN COVEY
- Programa selección por competencias - UNIVERSIDAD LA SABANA



Experiencia Consultoría

- **TRI-** Talento, Transformación, Impacto
- **CHANGE AMÉRICAS**
- **ALTOS EJECUTIVOS**



Experiencia Empresas

- **HOMI:** Fundación Hospital Pediátrico La Misericordia - Gerente De Talento Humano
- **CORONA- ALMACENES CORONA** - Directora Formación Y Desarrollo- Business Partner
- **TERPEL** - Jefe Formación Colombia
- **CLARO-** Analista De Desarrollo Talento Humano

Objetivos de la sesión



- ✓ Como buscar empleo a pesar de las adversidades y encontrar trabajo durante la pandemia
- ✓ Que es Resiliencia y como me adapto al mometo de vida
- ✓ Como demuestro empatía y por que medio puede ser más efectivo para encontrar empleo
- ✓ Entender como los ATS hoy estan escaneando las CV

- ✓ Nadie quiere a la persona que busca lo que sea
- ✓ Cual es el trabajo ideal para usted?
- ✓ Donde se siente competente, capaz y talentoso?
- ✓ Tengo claro que me motiva y me apasiona y lo disfruto?
- ✓ Sabemos que me hace diferente del otro?
- ✓ Se cual es el empleo correcto para mi?



CONOCIMIENTO
DE MI MISMO

RESILIENCIA



RESILIENCIA: Capacidad de sobreponernos a los problemas sin resistirnos

- ✓ Resiliencia no significa Resistencia
- ✓ Nos hacemos resilientes y nacemos resilientes
- ✓ Ayuda a que seamos más resilientes el aprendizaje de emociones
- ✓ Ayuda a cultivar la empatía - IE



Spotify: 

<https://open.spotify.com/show/6oB7aX0AyLA94ha2b0nGtn>

RESILIENCIA



- ✓ Existen emociones detrás de ella
- ✓ No se concibe proceso de resiliencia sin autoconocimiento
- ✓ No se concibe proceso de resiliencia sin gestión emocional- No es ocultar emociones
- ✓ Mito: resiliente no siente miedo o la persona resiliente no siente emociones negativas



¿Sabías que se ha establecido un listado de 250 emociones?

- Alegría
- Tristeza
- Ira
- Miedo
- Sorpresa
- Asco

RESILIENCIA

Emociones Básicas, Primarias o Innatas

Emoción	Descripción	Función adaptativa
Alegría	Sensación agradable de satisfacción y bienestar.	Afiliación
Asco	Intenso desagrado hacia algo repulsivo o repugnante.	Rechazo
Ira	Sentimiento de enfado, irritabilidad o indignación.	Autodefensa
Miedo	Aprehensión provocada generalmente por sensación de amenaza, peligro, o dolor.	Protección
Sorpresa	Malestar o asombro ante algo inesperado.	Exploración
Tristeza	Sensación de desdicha o infelicidad.	Reintegración

COMO FORTALEZCO MI RESILIENCIA



- ✓ Proceso que se trabaja para **potenciarnos**.
- ✓ **Autoconocimiento**.
- ✓ Sintonía con emociones – Fíjarse en las **señales emocionales**. ¿cómo me siento?.
- ✓ Como reacciono frente a cada situación y que emoción atiendo – **donde siento esa emoción**.
- ✓ **Poner nombre** a todos los sentimientos.
- ✓ **No juzgarnos** nuestros sentimientos sean cuales sean, aceptarlos.
- ✓ Como estabamos antes, como estamos **ahora**.
- ✓ Atender a los campos de desarrollo: Autoregulación del presente

COMO FORTALEZCO MI RESILIENCIA

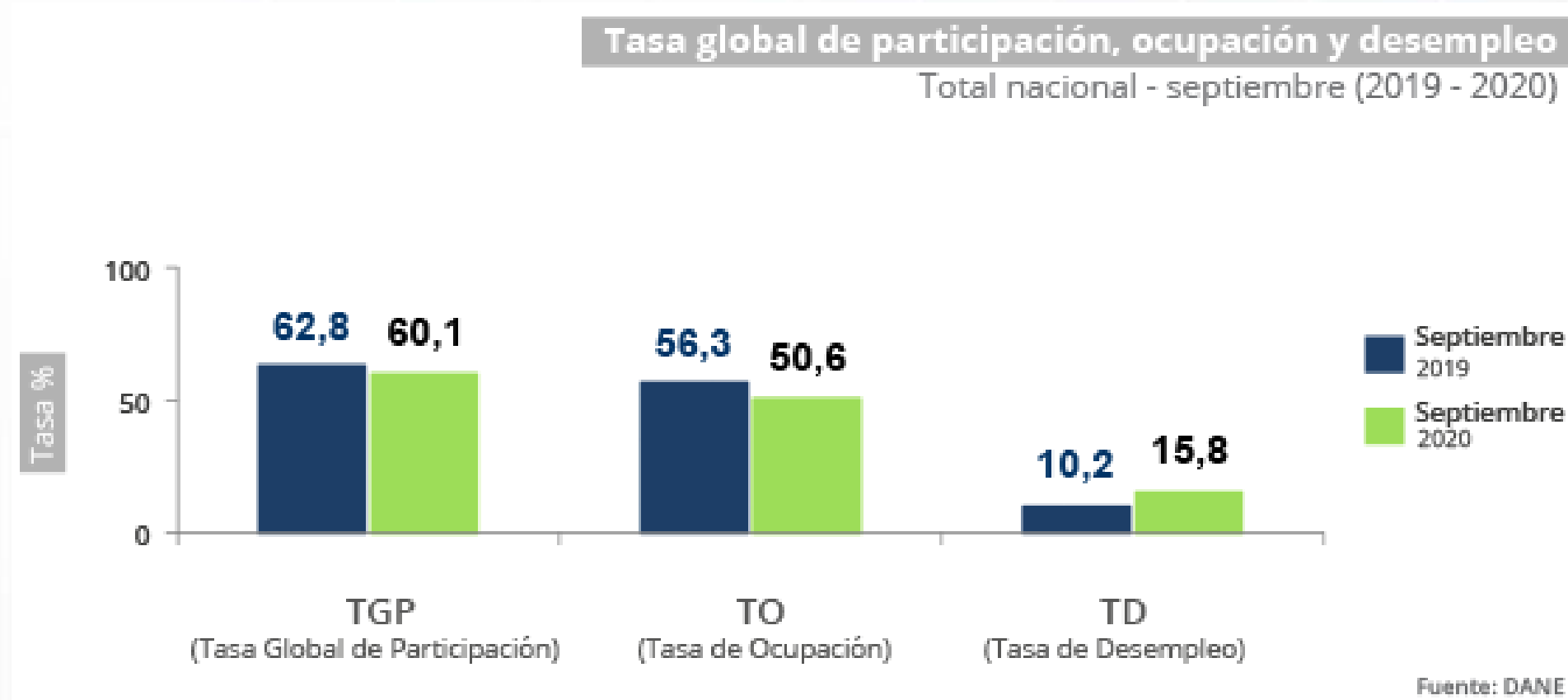


- ✓ El resiliente puede pedir ayuda
- ✓ Nos perjudica decir que TENGO que ser fuerte

RESILIENCIA

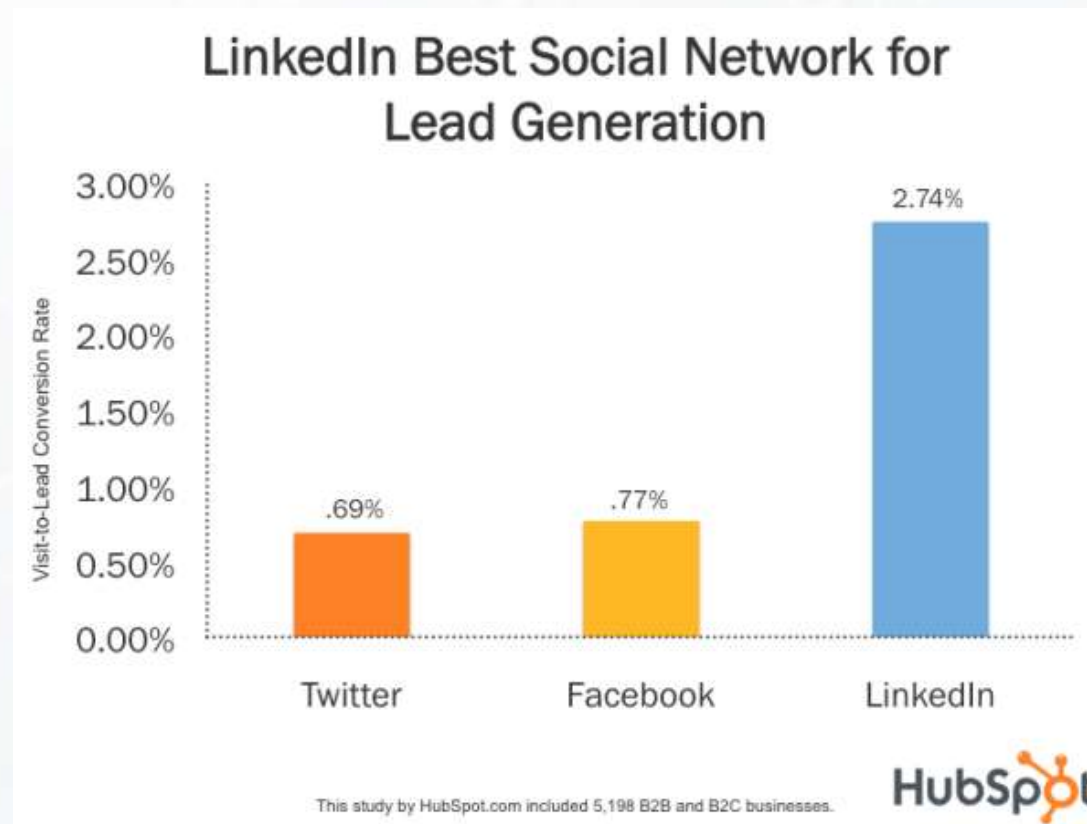


Información septiembre 2020 por DANE



- ✓ La tasa de desempleo del total nacional fue 15,8% aumento de 5,6 puntos porcentuales frente al 2019

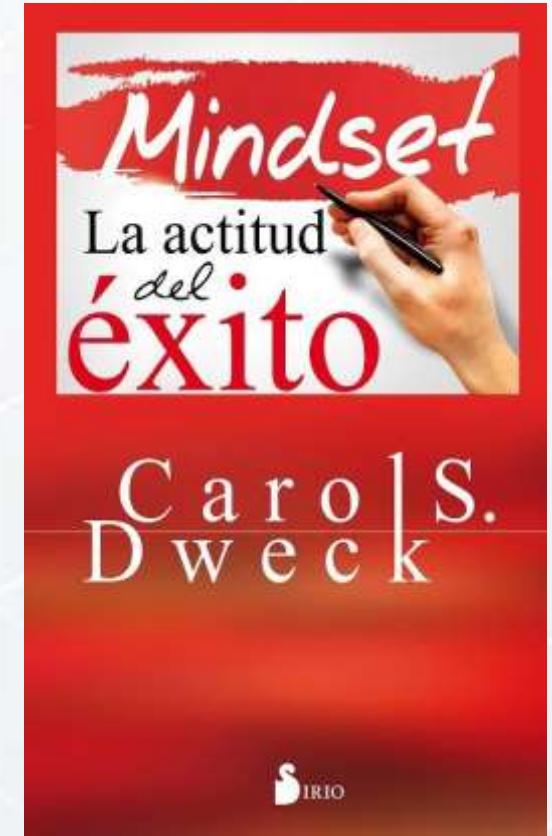
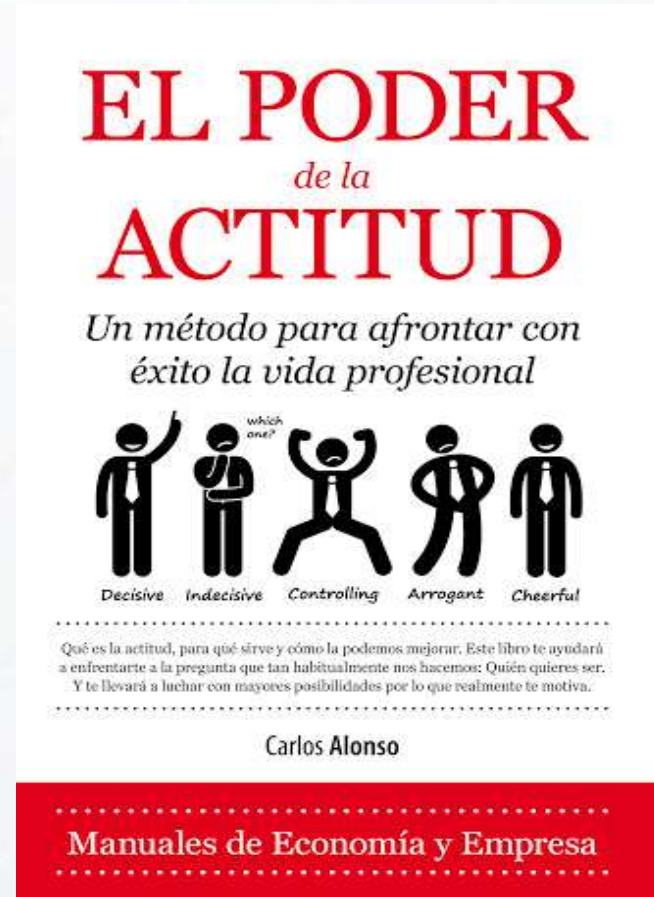
- ✓ Buscar canales de conexión con el mercado es lo más efectivo?



HABILIDADES QUE DETERMINAN EL ÉXITO EN UNA ENTREVISTA



- ✓ Aprender a aprender
- ✓ Saber pedir ayuda en caso de necesidad
- ✓ Ser claro y cortés en las conversaciones
- ✓ No tener miedo de reconocer y enfrentarse a un conflicto



EMPATIA

- ✓ ¿es posible aprender a ser empático?
- ✓ ¿es innata esta capacidad de ponerse en la piel del otro o se puede aprender?



MAPA DE EMPATÍA



✓ Si no soy empático mi CV no será empática

✓ Si no soy empático mi CV no será empática



ATS - APPLICANT TRACKING SYSTEM



Es un software para gestionar procesos de selección o ATS que permite administrar integralmente el proceso de selección

Se maneja de forma similar a un *Customer Relationship Management* (CRM) con algoritmos de inteligencia artificial hace posible la automatización de:



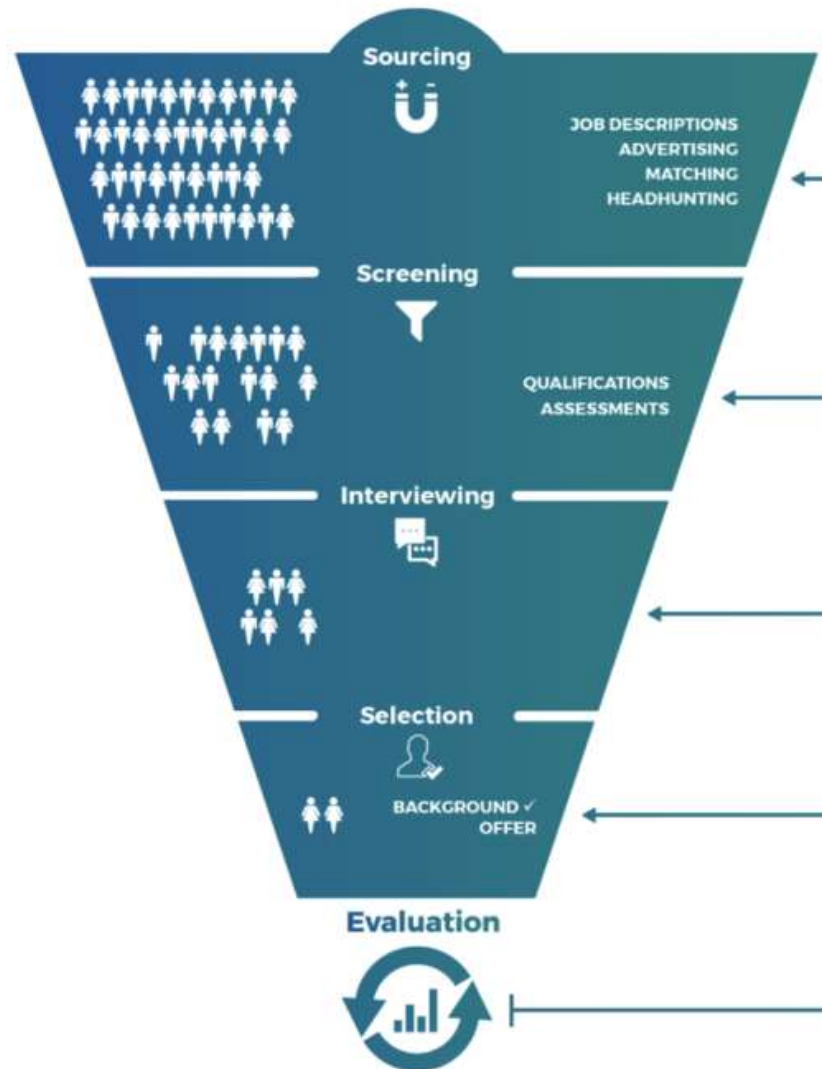
ATS - APPLICANT TRACKING SYSTEM



- ✓ La búsqueda de perfiles profesionales a partir de palabras claves o frases
- ✓ Selección de candidatos
- ✓ Almacenamiento y clasificación de información de los candidatos aptos en una base de datos privada
- ✓ La publicación de ofertas de empleo en portales y redes sociales
- ✓ La comunicación con los postulantes y la elaboración de informes sobre resultados básicos



THE HIRING FUNNEL



- ✓ Abastecimiento
- ✓ Cribado: detección que utiliza algoritmos que descifran sistemáticamente su CV
- ✓ Entrevistas
- ✓ Selección
- ✓ Evaluación

PERSONALIZAR SU CURRÍCULUM PARA ATS



- ✓ Encuentre palabras claves
- ✓ Empiece su CV desde cero
- ✓ Céntrese en la información esencial para el cargo - Siga la descripción del empleo
- ✓ Evite el formateo complicado
- ✓ Escriba meses y años (siempre incluya fechas) – Nada de fechas abreviadas
- ✓ Evite el relleno de fuente blanca / palabra clave invisible

LOS 10 PRINCIPALES ATS



- ☐ Paylocity
- ☐ Zoho
- ☐ UltiPro
- ☐ Palanca
- ☐ BambooHR
- ☐ Reclutadores inteligentes
- ☐ Plataforma de adquisición de talento iCIMS
- ☐ Fuerza laboral lista
- ☐ Workday HCM
- ☐ Invernadero



NO OLVIDE SUS REDES SOCIALES



LinkedIn: La herramienta de corte profesional por excelencia. Se mueve en todo tipo de sectores.

Facebook: Lo más relevante de esta red social son lo más de 1.350 millones de usuarios

Twitter: Es la red social del flujo de información.

Instagram: El foco de talento está en diseñadores, artistas, decoradores o artistas principalmente.

GitHub: Esta red social creada para guardar proyectos de corte informático, pudiendo acceder e incluso probar demos de proyectos creados por los candidatos. Desarrolladores, programadores o geeks son los perfiles que predominan.

Existen muchas más redes sociales...

6 Reglas de ORO para un CV de impacto

1. Estructura de CV - Forma
2. Perfil profesional
3. Resumen de responsabilidades por cargo
4. Logros:
Problema/Acción/Resultado
5. Educación
6. Premios – Galardones,
Información adicional relevante



EN RESUMEN

EN RESUMEN

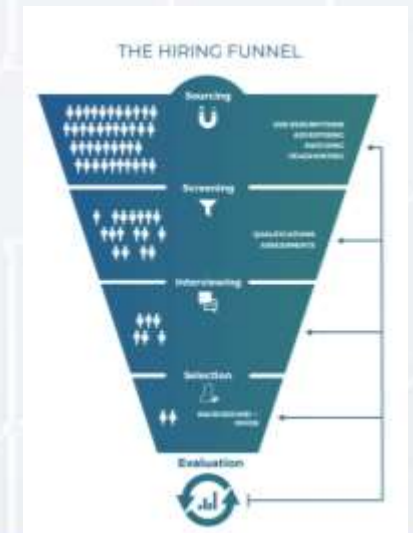
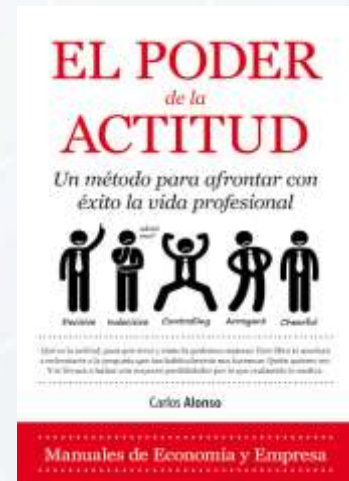
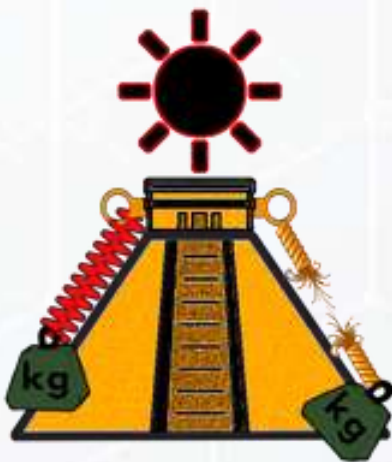


- ✓ Manejo de emociones. ¿cómo me siento?
- ✓ Como reacciono frente a cada emoción
- ✓ Autoconocimiento
- ✓ Poner nombre a todos los sentimientos.

- ✓ Què piensa y siente
- ✓ Que oye
- ✓ Què ve
- ✓ Qué dice y hace
- ✓ Esfuerzo-Resultado

- ✓ Encuentre palabras claves
- ✓ Empiece su CV desde cero
- ✓ Información esencial
- ✓ Evite el formateo complicado
- ✓ Nada de abreviado

RESILIENCIA — EMPATÍA — EMPLEO





GRACIAS

Adriana Meza Matallana
Consultora de RRHH
adrymeza@me.com
Cel: 3202649790