



¿Cómo realizar tu hoja de vida?

Recomendaciones generales

Sobre el contenido

- La hoja de vida debe estar enfocada en tus intereses profesionales.
- Realiza un autoanálisis, esto te permitirá determinar cuáles son tus expectativas, competencias laborales y cuál es tu perfil profesional.
- Averigua sobre las responsabilidades y relevancia del cargo al que quieres aplicar, así como el impacto de este en la organización.
- Recuerda que los datos que relaciones deben ser precisos, concretos y reales; identifica las fechas y datos que quieres relacionar.
- Reconoce tus competencias y señala tu valor agregado.

Sobre la forma

- No deben existir errores de ortografía y debes emplear un vocabulario y escritura adecuados.
- La hoja de vida debe ser atractiva visualmente.
- No debe contener más de tres hojas de extensión.
- Debe ser elaborada en tipografía Arial o Times New Roman, tamaño de 10 a 12 pts.
- La foto debe ser reciente, tamaño documento, fondo blanco o azul, nítida y en traje formal.

Reflexiona

Inicia realizando un proceso de introspección en el que puedas identificar tus fortalezas y al mismo tiempo reconocer aspectos de mejora.

Las siguientes preguntas pueden orientarte:

1.

¿En qué áreas de desempeño te sientes más cómodo?

Identifica las áreas laborales de tu preferencia.

2.

¿Qué habilidades has desarrollado durante tu experiencia académica o laboral?

recuerda en qué áreas o materias has tenido mejor desempeño.

3.

¿En qué áreas requieres mayor capacitación?

¿En qué áreas laborales o académicas has tenido mayor dificultad?

4.

¿Cuáles han sido tus logros laborales y profesionales más significativos?

¿Qué información contiene la hoja de vida?

Datos personales

Aquí debes describir tu información personal. Puedes añadir una fotografía para identificarte. Incluye también tu nombre completo, documento de identidad, dirección y ciudad de residencia, teléfono fijo y celular, correo electrónico y, si se tiene, la dirección de una página web donde se compilen trabajos realizados.

Educación

Se debe relacionar la formación académica formal, indicando claramente los lugares y fechas en que se realizó o se están realizando. Se deben tener en cuenta procesos académicos de tiempos largos que permiten aprendizajes significativos y con niveles de profundidad en un tema o en un área específica. Procura incluir:

- Título otorgado en pregrado o que esté en curso.
- Fecha de finalización.
- Institución universitaria.

Perfil profesional

Realiza una breve descripción de las habilidades, destrezas, especialidades, fortalezas y logros relacionados con tu ocupación. Indica tus estudios profesionales, conocimientos o experiencias específicas en las que deseas continuar o iniciar tu campo laboral, cuál es tu interés de desarrollo en tu profesión, cuáles son tus competencias laborales y algunas características personales que refuercen el perfil que estás definiendo.

Experiencia laboral

La trayectoria laboral evidencia al empleador, la experiencia adquirida a lo largo de los diferentes procesos que hayas desarrollado. Para que la información sea clara, debes analizar cuál es la relación con el cargo al que aspiras y enfocar tus conocimientos para fortalecer el perfil; si tienes amplia experiencia, relaciona los últimos tres cargos.

Habilidades, aptitudes y cualidades

Las habilidades, al igual que la experiencia, le demuestran al reclutador qué podrás hacer a favor de la empresa si ocupases el puesto. Por eso, es importante que personalices las habilidades, es decir, que incluyas aquellas que mejor te describan y que sean esenciales para el puesto. Procura mantener un balance entre habilidades duras y habilidades blandas. Las primeras son más técnicas y propias de cada puesto laboral, mientras que las segundas aluden a tus cualidades como persona.

Informes:

Centro de Prácticas y Pasantías UAO

cpp@uao.edu.co

PBX: 602 318 8000, ext. 11426



Cuando no se tiene experiencia laboral o es muy poca, pueden relacionarse las actividades que se han desempeñado dentro de tu formación académica. Identifica aquellas sobresalientes y reconocidas por la comunidad académica, tales como trabajos de grado, monitorias, publicaciones, investigaciones, trabajos de asesoría o de apoyo para docentes, siempre que sean pertinentes con tu perfil profesional y puedan certificarse.

