

Adecco explica cómo evitar el “Efecto Champán” en los desempleados

- Se trata de un fenómeno cada vez más extendido entre los parados de larga duración que define como los candidatos inician la búsqueda de empleo con mucha ilusión para perder poco a poco la fuerza en el proceso.
- Las claves para escapar a este efecto son: cuidar nuestra marca personal, planificar nuestras acciones y mantener una actitud positiva.
- Es fundamental dirigir nuestro currículum a aquellas ofertas que, de forma objetiva, cumplan con nuestro perfil y dedicar tiempo a la formación.
- Realizar un seguimiento de nuestros objetivos ayudará a disminuir la sensación de ansiedad.

Madrid, 17 de septiembre de 2012.- Se considera **parado de larga duración** a la **persona inscrita como demandante de empleo**, de forma ininterrumpida, **durante un periodo superior a un año**. Pues bien, según el último dato extraído de la EPA, el número de personas que perdió su empleo hace más de un año se ha incrementado en más de 100.000 (107.400) sumando un **total de 2.492.800 parados de larga duración**. La destrucción de empleo a la que se ha visto sometida nuestro país desde el comienzo de la recesión económica ha propiciado que para estas personas la vuelta al mercado laboral se plantee con una dificultad añadida y desmotivación en muchos de los casos.

Adecco ha detectado un fenómeno que empieza a extenderse con especial intensidad entre los parados de larga duración: **“El Efecto Champán”**. **Este efecto define cómo los candidatos que pierden su empleo inician la búsqueda con mucha energía e ilusión para, poco a poco, ir perdiendo la fuerza en el proceso**. Para evitar ser contagiados por dicho efecto, los candidatos deben tener una actitud positiva, cuidar su marca personal y planificar retos diariamente.

Autoanálisis previo

Debemos realizar un **trabajo previo de autoanálisis y autoevaluación que ponga de manifiesto nuestras competencias y habilidades, conocimientos adquiridos y capacidades que conforman nuestro perfil profesional**. Esto nos hará obtener una imagen real de nosotros mismos como trabajadores y nos ayudará a diferenciarnos de otros.

Es esencial analizar nuestro **perfil como trabajadores**, evaluando nuestras debilidades y fortalezas, así como saber adaptarnos a las necesidades del mercado laboral, **reinventándonos si fuera necesario**. Buscar trabajo debe plantearse como un trabajo en sí, no como una opción, sino como una obligación con la que debemos cumplir.

El cuidado de la marca personal

Para cuidar nuestra imagen o marca personal debemos orientar nuestro currículum en la vía adecuada. **Tendremos que dirigir nuestro currículum a aquellas ofertas que, de forma objetiva, cumplen con nuestro perfil**. Si contamos con asesoramiento de un profesional, éste nos ayudará a incluir los datos correctos en nuestro currículum, nos dará consejo sobre las oportunidades del mercado, las zonas geográficas en las que nuestro sector está más presente y las organizaciones con mayor demanda, en la actualidad.

Cuando las oportunidades del mercado no se ajustan a nuestra formación debemos reciclarnos o incluso reinventarnos para acceder a otro tipo de ofertas donde podamos tener éxito, dedicando tiempo a la formación para lograr una mayor especialización.

Los candidatos más proactivos investigan sobre los sectores más demandados y su nivel de requerimiento, valoran qué les falta, cual es la ventaja añadida y que investigación/coste supondrá reinventarse de cara a otros sectores.

Planificación y reprogramación de acciones

Es imprescindible dedicar un tiempo diario a la búsqueda de empleo de forma organizada, realizar una planificación estratégica basándose en zonas, sectores o época del año en función del empleo que vamos a buscar. Podemos fijar un calendario semanal, estableciendo tareas día a día.

Tan importante como establecer una planificación y fijar unos objetivos será realizar un seguimiento de los mismos ya que ello ayudará a disminuir la sensación de ansiedad y a comprobar si nuestras acciones van en la vía correcta o nos estamos dejando llevar por las circunstancias.

El seguimiento de nuestro plan de búsqueda de empleo deberá incluir una clasificación de las ofertas a las que nos hemos inscrito, las empresas a las que hemos entregado el currículum y su evolución, anotando los comentarios que nos han podido hacer en las diferentes empresas (picos de volumen de trabajo, sustituciones en vacaciones, etc.) ya que esto nos ayudará a reprogramar posteriores contactos con las empresas.

Mantener una actitud positiva

A lo largo de todo el proceso de búsqueda de empleo es importante tratar de mantener una actitud positiva, aunque en muchas ocasiones aparecerá la desmotivación.

Eliminar el discurso pesimista hará que aumenten las posibilidades de encontrar un empleo. No sólo importa la formación y experiencia de un candidato, los responsables de selección valoran la actitud de un candidato y un candidato optimista transmite más resolución y eficiencia que uno que muestre desmotivación.

Sobre Adecco

Adecco es el mayor proveedor de Recursos Humanos en España y en el mundo, con presencia en más de 60 países. Es uno de los diez mayores empleadores del país y en sus más de 30 años en el mercado español, ha dado empleo a más de 3 millones de personas. Adecco ofrece un servicio integral de Recursos Humanos a través de sus líneas de negocio especializadas en consultoría de Recursos Humanos, selección, empleo temporal, externalización de procesos, formación y servicios de recolocación. En España, cuenta con más de 300 delegaciones y una plantilla interna de más de 1.400 empleados.

Para cualquier aclaración no dudéis en poneros en contacto con nosotros. Un cordial saludo:

Luis Perdiguero/Ana Belén González Asenjo
Dpto. de Comunicación Adecco
Tlf: 91 432 56 30
luis.perdiguero@adecco.com
abelen.gonzalez@adecco.com

Silvia Enrique /Laura García
Trescom Comunicación
Tlf: 91 411 58 68
silvia.enrique@trescom.es
laura.garcia@trescom.es