

“HAZ RENTABLE EL PROCESO DE BÚSQUEDA DE EMPLEO”

OPTIMIZA LOS RECURSOS Y EL PLAZO PARA ALCANZAR EL OBJETIVO

Por **Camino Rodríguez**, autora de El arte de reorientar una carrera con propósito (LID Editorial)

A menudo, subestimamos la necesidad de ayuda al buscar un nuevo empleo. Quizás no percibimos lo crucial que es gestionar adecuadamente un proceso de selección, ni las serias consecuencias de no hacerlo correctamente.

Realizar un buen proceso requiere de tres ingredientes fundamentales: conocimientos, una estrategia sólida y, no vamos a negarlo, una pizca de suerte. Sin embargo, las consecuencias de una mala gestión de ese mismo proceso pueden ser extremadamente costosas, no solo en términos de esfuerzo, sino también de tiempo. Por eso, cuando buscas recolocarte con éxito, es esencial que aprendas estrategias para hacerlo de una manera efectiva.

Recuerdo perfectamente mi propia experiencia, hace más de 15 años, cuando decidí cambiar el rumbo de mi carrera como profesional senior. Me sentía agotada de seguir en un rol ejecutivo de primera línea, enfrentando un estrés constante, con objetivos anuales

cada vez más inalcanzables y una cultura organizacional que estaba en conflicto con mis valores personales. Sabía que no quería continuar por ese mismo camino, pero me faltaba conocimiento sobre la mejor estrategia de búsqueda y, más crucial aún, sobre cómo presentarme en el mercado para ser considerada para otros tipos de posiciones. Era la primera vez que necesitaba buscar empleo por mi cuenta, y me encontraba completamente perdida, sin saber cómo trazar mi nueva hoja de ruta en el mercado laboral.

La razón por la que muchos profesionales con talento no logran encontrar empleo es simplemente porque no dominan el proceso de búsqueda. Terminan invirtiendo un enorme esfuerzo con resultados decepcionantes, sin considerar que, cuando te encuentras en esta situación, la ola del tiempo avanza implacable como un tsunami. Ahora se lo crucial que es invertir en conocimiento, dejar que otros te guíen, contratar a alguien para que te

acompañe a lo largo del proceso. Esta estrategia, a medio plazo, resulta ser una inversión realmente rentable y eficaz.

Alternativas para definir tu estrategia

Si estás buscando empleo, existen varias estrategias que podrían ayudarte a orientar tu proceso. Vamos a analizarlas todas:

- **El enfoque autodidacta:** justo como lo estás haciendo ahora, al leer este artículo. Este método implica aprender por tu cuenta, ya sea viendo vídeos, leyendo libros o explorando recursos en línea. Aunque es una opción más económica, puede ser más lenta. Sin embargo, te ofrece la flexibilidad de aprender a tu propio ritmo y adaptar el aprendizaje a tus intereses específicos.

- **La formación estructurada:** esta opción te permite invertir en tu capacitación a través de cursos específicos. Existen programas diseñados para ense-



ñarte habilidades cruciales como redactar un currículum eficaz, dominar técnicas de entrevista o gestionar tu red de contactos. Las empresas de outplacement y recolocación ofrecen también formación online y talleres específicos, conducidos por expertos en la materia. Optar por esta vía te garantiza una curva de aprendizaje más rápida debido a la estructura organizada y el apoyo de profesionales. Sin embargo, es importante tener en cuenta que este tipo de formación no está personalizada y se centra en contenidos específicos.

- **El mentoring:** aprender de alguien que ya ha recorrido el camino que tú ahora emprendes. Puede ser un colega, un amigo o un contacto profesional; lo importante es que un mentor te ofrece consejos prácticos derivados de experiencias reales, lo cual es invaluable. Este método es especialmente valioso por proporcionar orientación personalizada y ayudarte a evitar

errores comunes. Sin embargo, es importante recordar que los recorridos profesionales de cada persona son únicos, por lo que las experiencias y consejos del mentor deben adaptarse a tus circunstancias específicas.

- **El coaching profesional:** Trabajar con un coach de orientación de carreras representa la opción más estructurada y, frecuentemente, la más exitosa. Estos profesionales no solo tienen un profundo conocimiento del mercado laboral, sino que también han guiado a cientos de candidatos a través de sus procesos de búsqueda, ayudándoles a encontrar roles que se alinean perfectamente con sus intereses y habilidades. Si bien esta opción requiere una inversión, el valor de recibir conocimiento especializado y soporte personalizado puede marcar una diferencia decisiva en un proceso de transición de carrera, especialmente cuando se enfrentan desafíos complejos. Cada opción tiene sus ventajas y la elección debe basarse en tus necesidades específicas,

recursos disponibles y la urgencia de lograr una transición exitosa. Reflexiona sobre cuál de estas alternativas resuena más contigo.

Pero, conociendo bien el mercado laboral, prefiero no vender ilusiones. Así que seré directa: encontrar trabajo, especialmente después de los 50, no es tarea fácil. Conseguir una nueva oportunidad profesional exige un esfuerzo considerable. No te dejes seducir por los "cantos de sirena"; ninguna estrategia ofrece éxito inmediato. La realidad es que detrás de cada historia de éxito hay un camino de intenso trabajo, dedicación, aprendizaje y resiliencia. Sin embargo, este esfuerzo vale enormemente la pena. Si estás dispuesto a hacer lo que pocos están dispuestos a intentar, podrás acceder a beneficios que pocos logran alcanzar. Esto es aplicable tanto para quienes buscan empleo por cuenta ajena como para los emprendedores. El compromiso con tu desarrollo personal y la perseverancia en



tu búsqueda pueden abrirte puertas que no solo conducen a la satisfacción profesional, sino también a una vida más plena y satisfactoria.

Claves para reinventarte profesionalmente como Senior

A continuación, quiero compartir contigo las cinco áreas fundamentales que todo profesional senior debe desarrollar y dominar para tener éxito al embarcarse en la búsqueda de un nuevo desafío:

- **Dominio de la industria:** ser competente implica tener un conocimiento profundo de tu industria o negocio. Es crucial dominar lo que ofreces y vendes, comprendiendo a fondo las tendencias actuales y futuras del mercado. Además, debes poseer habilidades clave que demanda el rol que aspiras desempeñar, aplicable tanto para ejecutivos como para emprendedores. Esto incluye liderazgo, comunicación, negociación y gestión de equipos. Un alto porcentaje de los fracasos profesionales en los primeros dos años se debe a la falta de conocimiento específico de la industria o a la carencia de estas competencias esenciales.
- **Desarrollo personal:** este aspecto es vital para cualquier

profesional que busca reinventarse. Es esencial profundizar en el autoconocimiento, entender tus valores, rasgos de personalidad, creencias, actitud, mentalidad y capacidad de automotivación. En mi metodología "Coaching2-seniors", siempre inicio los programas de acompañamiento y reorientación de carrera desde esta área crucial. Comprender que el crecimiento personal es directamente proporcional al éxito profesional es fundamental para cualquier avance significativo en tu carrera.

- **Estrategia de búsqueda:** dominar qué, dónde y cómo buscar empleo es más que una habilidad; es una estrategia crucial. Entiendo que a muchos candidatos les puede resultar tedioso el trabajo de introspección necesario para proyectar hacia dónde quieren llegar, identificar su mercado objetivo, generar candidaturas espontáneas, o agendar encuentros frecuentes con nuevos contactos, especialmente cuando se sienten vulnerables. Sin embargo, es fundamental no perder de vista que lo que está en juego es su estilo de vida, su libertad, sus ingresos y, en última instancia, su felicidad y la de su entorno.

- **Finanzas personales:** en esta

etapa es imprescindible tener las finanzas en orden. Esto implica salvaguardar las inversiones, revisar la situación de los ahorros y analizar detenidamente los gastos corrientes y extraordinarios, para confirmar que la economía personal está bien estructurada para soportar la travesía.

- **Marca personal y ventas:** aunque es absolutamente imprescindible, el desarrollo de la marca personal a menudo representa un gran desafío para muchos candidatos. Es crucial aprender a potenciar y valorizar adecuadamente tus capacidades. Presentarte eficazmente como un "producto" deseable en el mercado laboral es esencial para generar autoridad, atractivo e impacto, especialmente dentro de tu sector y las empresas objetivo. Este enfoque no solo mejorará tu visibilidad, sino que también te permitirá atraer oportunidades interesantes que estén alineadas con tus intereses y aspiraciones profesionales.

Al final, sin una preparación adecuada en todas estas áreas clave, corres el riesgo de actuar sin dirección o, peor aún, de reinventar la rueda mientras esperas que un golpe de suerte te lleve al éxito. Si realmente deseas lograr un cambio signi-

ficativo en tu carrera, es crucial salir a "jugar el partido" con las ideas claras. Ya conocemos el poder del enfoque: aquello en lo que concentras tu energía, crece. Por eso, es esencial tener una definición clara de tus objetivos y una comprensión profunda de lo que significa el éxito profesional para ti, así como saber qué esperas y qué deseas evitar en tu próxima etapa.

Establecer claramente un nuevo objetivo profesional no solo marca la dirección hacia donde deseas que avance tu carrera, sino también tu vida. Dedicar tiempo al principio del proceso para definir lo que realmente quieres no solo aporta claridad y dirección a tus acciones, sino que también optimiza el proceso de búsqueda y acorta los tiempos de transición.

Tu nuevo objetivo profesional debe resonar con quién eres, los valores que sostienes, tu personalidad, habilidades, intereses y experiencias previas. Definir claramente ese objetivo te permitirá inspirarte en roles nuevos, posiblemente distintos a tu trayectoria pasada. Iniciar tu plan de marketing con esta visión en mente no solo establecerá el tono de tu estrategia de comunicación, sino que también definirá el contenido de los elementos de posicionamiento que necesitarás en esta nueva etapa.

Gestionando emociones que frenan tu progreso

El miedo es una emoción común en la búsqueda de empleo, un proceso plagado de incertidumbres y exposiciones.

Puedes experimentar inseguridad, el temido síndrome del impostor, o el miedo a ser juzgado, todos acompañados de diversas creencias autolimitantes. Este miedo puede paralizar, invalidar y llenarte de dudas, y a pesar de los esfuerzos por ocultarlo, a menudo inevitablemente se transmite a los demás.

Frente al miedo, existe una emoción opuesta y poderosa: el amor. Este amor es confianza, es una aceptación plena de quién eres y una firme creencia en tu merecimiento de éxito y reconocimiento. Actuar desde el amor te permite tomar decisiones que reflejan tu autenticidad, con claridad y compromiso hacia tus nuevas metas profesionales.

Para superar el miedo, la clave no es eliminarlo —ya que es una emoción natural— sino aprender a gestionarlo adecuadamente. Comienza por ser consciente de tus pensamientos y cuestiona la realidad del miedo cuando surja. Pregúntate: ¿Es este miedo realista? A menudo descubrirás que es simplemente una respuesta emocional a lo desconocido, y no una realidad objetiva.

Otra emoción que puede alejarte del éxito en la búsqueda de empleo es el rencor. Este sentimiento puede surgir por no recibir un ascenso que creías merecer, por la frustración ante compromisos que no se cumplieron, o por la ira ante un despido que consideraste injusto. El rencor consume la energía del presente, forzándote a revivir continuamente las heridas del pasado. La mente humana tiene dificultades para

distinguir entre la realidad y la imaginación; por lo tanto, cada vez que recuerdas un agravio, revives esos sentimientos negativos, lo que obstruye tu progreso hacia el siguiente objetivo profesional.

En mis sesiones de coaching con directivos, encuentro con frecuencia a profesionales excepcionales que cargan con el pesado fardo del rencor, agotándose inútilmente. Independientemente de si tenían razón o no, lo ocurrido ya es pasado. De hecho, mantenerse en lo correcto puede estar saboteando su bienestar. Llega un momento en el que deben decidir entre continuar sufriendo o elegir la liberación; cuanto antes tomen esa decisión, mejor. Mantener el rencor solo les aleja del éxito.

La clave para liberarse del rencor es el perdón. Perdonar no significa olvidar lo ocurrido ni justificar acciones incorrectas. Más bien, se trata de liberar la carga emocional asociada para no arrastrarla a cada nueva etapa o desafío profesional. Perdonar permite recuperar energía y enfoque que pueden ser canalizados hacia metas más constructivas y productivas.

Al final, comprender y gestionar estas emociones complejas no solo optimiza tu búsqueda de empleo, sino que también fortalece tu bienestar emocional y fomenta tu desarrollo profesional. Enfrentar estos stoppers con estrategias efectivas, te equipa para navegar mejor y aprovechar las oportunidades con una perspectiva más eficiente, productiva y rentable.