

---

**Solucionario de**

# ejercicios de autoevaluación



---

## Ejercicios de autoevaluación

### Unidad de Aprendizaje 1

1. ¿Cuál de las siguientes opciones es un componente fundamental del autoconocimiento en la orientación laboral?

- a. La búsqueda de empleo en países extranjeros.
- b. La identificación de habilidades y competencias personales.**
- c. La creación de un perfil profesional en todas las redes sociales.
- d. La preparación de un *currículum vitae*.

2. El análisis DAFO se utiliza principalmente para:

- a. Evaluar las ofertas de trabajo vacantes en el mercado.
- b. Definir metas financieras y emocionales personales.
- c. Identificar debilidades, amenazas, fortalezas y oportunidades.**
- d. Desarrollar estrategias de *marketing* para empresas pymes.

3. Indica si la siguiente oración es verdadera o falsa: “La exploración del entorno laboral implica únicamente la identificación de vacantes laborales”.

- Verdadero
- Falso**

4. La ventana de Johari es una herramienta que ayuda a:

- a. Definir objetivos de la carrera profesional a largo plazo.
- b. Mejorar la comunicación y las relaciones interpersonales en equipos.**
- c. Analizar las oportunidades de empleo en diferentes sectores económicos.
- d. Conocer las oportunidades que ofrece el mercado empresarial.

5. En el contexto de la orientación laboral, los objetivos SMART significan que deben ser:

- a. *Simples, motivacionales, alcanzables, realistas, temporales*
- b. *Specific, measurable, achievable, relevant, time-bound***
- c. *Super, motivated, active, ready, timely*
- d. *Sustainable, manageable, approachable, reasonable, trackable*

6. Ordena los siguientes pasos para crear un plan de acción en la búsqueda de empleo:

- 1. Identificar metas a largo plazo.
- 2. Dividir las metas en objetivos más pequeños y alcanzables.
- 3. Desarrollar estrategias para alcanzar esas metas.
- 4. Evaluar el progreso y ajustar el plan según sea necesario.

7. Indica si la siguiente oración es verdadera o falsa: “El autoconocimiento es irrelevante para la definición de objetivos profesionales”.

- Verdadero
- Falso

8. ¿Cuál de las siguientes opciones describe mejor el propósito de un mapa de empatía en la búsqueda de empleo?

- a. Identificar las habilidades técnicas o duras requeridas para un puesto de trabajo.
- b. Visualizar y entender los pensamientos, sentimientos y necesidades del buscador de empleo.**
- c. Comparar las ofertas salariales en diferentes industrias o sectores.
- d. Crear una estrategia de *marketing* y marca personal.

9. Indica si la siguiente oración es verdadera o falsa: “En un análisis DAFO, las oportunidades se refieren a factores externos que podrían beneficiar a la persona”.

- Verdadero
- Falso

**10. Relaciona cada concepto con su correspondiente descripción:**

- a. Ventana de Johari
  - b. Mapa de empatía
  - c. Análisis DAFO
  - d. Objetivos SMART
- 
- a. Herramienta que facilita la autopercepción y la percepción de los demás en un equipo
  - c. Proceso que identifica fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas
  - b. Técnica para visualizar los pensamientos y sentimientos del buscador de empleo
  - d. Criterios para establecer metas específicas, medibles, alcanzables, relevantes y con un plazo definido



---

## Ejercicios de autoevaluación

### Unidad de Aprendizaje 2

1. ¿Cuál es la principal ventaja de tener un perfil en redes sociales como *LinkedIn*?

- a. Publicar fotos de carácter personal.
- b. Conectar con amigos y familiares.
- c. Establecer *networking* o contactos profesionales.**
- d. Jugar a juegos *online*.

2. ¿Cuál de las siguientes aplicaciones es uno de los portales de empleo más utilizados en España?

- a. *Instagram*
- b. *Facebook*
- c. *X*
- d. *InfoJobs***

3. ¿Qué se debe evitar incluir en un CV?

- a. Información personal como el estado civil o religión**
- b. Experiencia laboral
- c. Datos de contacto
- d. Formación

4. Indica si el siguiente enunciado es verdadero o falso:

Un buen CV debe contener toda la experiencia laboral y toda la formación, independientemente de su relevancia para el puesto de trabajo al que se está aplicando.

- Verdadero
- Falso**

5. Ordena los pasos correctos para crear un perfil profesional en redes profesionales como *LinkedIn*:

1. Rellenar el perfil: nombre, teléfono, *e-mail*.
2. Añadir la experiencia profesional.

3. Contactar con perfiles de tu sector.
4. Postear o publicar contenido propio.

**6. ¿Cuál de las siguientes es una característica propia de la entrevista individual?**

- a. Vestir siempre con ropa deportiva para ir cómodo.
- b. Llegar tarde porque la otra parte debe esperar los 10 minutos de cortesía.
- c. Comunicar de manera clara y aplicar la escucha activa.
- d. Interrumpir al entrevistador para demostrar que eres extrovertido.

**7. ¿Cuál es la finalidad principal de las dinámicas de grupo en la entrevista de trabajo grupal?**

- a. Evaluar las habilidades de liderazgo y trabajo en equipo.
- b. Hacer que los candidatos se sientan incómodos al tratar con personas desconocidas.
- c. Observar quién es la persona que más habla, pues será un buen líder.
- d. Observar quién es el más tímido, pues será prudente y discreto.

**8. ¿Qué herramienta es más efectiva para la búsqueda de empleo *online*?**

- a. Periódicos impresos
- b. Anuncios de radio
- c. Entregar el CV en mano
- d. Portales de empleo

**9. Indica si el siguiente enunciado es verdadero o falso:**

La entrevista grupal es útil para valorar las habilidades de comunicación y la capacidad de resolución de conflictos, entre otras destrezas.

- Verdadero
- Falso

**10. Ordena los pasos correctos para realizar una búsqueda de empleo efectiva en un portal de empleo:**

1. Crear un perfil en el portal de empleo.
2. Subir un CV actualizado.
3. Buscar ofertas que se ajusten a las expectativas.
4. Inscribirse en las ofertas que le interesan.

