

Mi **DAFO** de empleo

Descubre los sectores y
puestos donde tienes
más oportunidades



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia

hazloinclusivo.org
Fundación **hazlo posible**

¿Qué es el DAFO?

El DAFO es una herramienta muy sencilla para conocerte mejor y preparar tu búsqueda de empleo.

Tiene en cuenta, tanto tus propias características como las del mercado. Las siglas significan:

- **D**ebilidades → cosas que te cuesta hacer o que necesitas mejorar. Está en tu mano mejorarlas.
- **A**menazas → cosas de fuera que me lo ponen más difícil. No puedes hacer nada de forma directa, pero puedes ser consciente y pensar en formas para que te influyan menos.
- **F**ortalezas → cosas que se me dan bien. Tú puedes potenciarlas y mostrarlas.
- **O**portunidades → cosas de fuera que me ayudan a conseguir empleo. No dependen de ti, pero puedes aprovecharlas.

Con el DAFO puedes ver en una sola hoja:

- Qué tienes a favor.
- Qué cosas debes cuidar o mejorar.
- Qué apoyos puedes aprovechar.
- Qué dificultades tendrás que superar.

👉 **Con tu DAFO sabrás en qué eres fuerte, qué mejorar y dónde tienes más oportunidades de empleo.**

DAFO

Cosas de fuera	OPORTUNIDADES	AMENAZAS
	Cosas de fuera que me ayudan Ejemplo: • Portales de empleo como Hazloinclusivo.org • Recursos prácticos que me ayudan a conocerme, buscar y tomar decisiones. • Participar en cursos y formaciones. • Ayudas a la contratación para empresas.	Cosas de fuera que me dificultan Ejemplo: • Desconocimiento de empresas sobre ajustes razonables • Falta de accesibilidad en el transporte. • Pocas ofertas de empleo.
Sobre ti	FORTALEZAS	DEBILIDADES
	Cosas sobre mí que hago bien y me ayudan Ejemplo: • Mi formación y experiencias anteriores. • Cosas que puedes aportar. • En general, tus puntos fuertes: ser contante, saber adaptarte, estar motivado/a...	Cosas sobre mí que tengo que mejorar Ejemplo: • Falta de formación o experiencia. • Miedos o falta de confianza. • Poca red de contactos profesionales.

Mi DAFO

Cosas de fuera	OPORTUNIDADES	AMENAZAS
Sobre ti	FORTALEZAS	DEBILIDADES



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia

hazloinclusivo.org
Fundación **hazlo posible**

Cómo usar tu DAFO

- Mira bien tus fortalezas → añádelas a tu currículum.
- Revisa tus debilidades → piensa cómo mejorarlas.
- Aprovecha las oportunidades → pregunta por cursos o programas de empleo.
- Ten en cuenta las amenazas → busca estrategias para superarlas (ejemplo: buscar también empleo online).

El DAFO es un documento en cambio constante. Utilízalo junto con el recurso “Explora el Mercado laboral” para que sea realmente útil.

Lo ideal, es que **las cosas que piden en tu sector, y tus fortalezas coincidan.**

Más recursos y ofertas en Hazloinclusivo.org



hazloinclusivo.org
Fundación **hazlo**posible



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia

Fundación

hazloposible