

Píldora de conocimiento...



...para hacer prácticas en el extranjero

1. **¿Por qué hacer prácticas en el extranjero?** En el mercado laboral actual, altamente competitivo y globalizado, las experiencias en el extranjero son **valoradas muy positivamente por las empresas** a la hora de seleccionar candidatos, especialmente las prácticas profesionales en empresas.
2. **Pero, ¿por qué?** Las estancias en el extranjero hacen madurar, tanto a estudiantes como titulados, ya que te obligan a "espabilar", es decir, a conocer gente (mejora las competencias comunicativas y sociales), a adaptarte a un nuevo entorno geográfico y cultural (adaptabilidad y flexibilidad), a hacer las cosas por ti mismo (autonomía y resolución de problemas). Esto es precisamente lo que buscan muchas empresas en sus futuros trabajadores.
3. De acuerdo, ¿qué tengo que hacer?

Primer paso: HABLA IDIOMAS

- 1. **Dominar un idioma extranjero**, especialmente el inglés, **es el primer y fundamental paso** para poder hacer prácticas en otro país, será tu pasaporte para las empresas.
- 2. **¿Qué nivel hace falta?** Cuanto más mejor, pero como mínimo aquel que te permita hacer una entrevista por teléfono o Skype sin demasiados problemas.
- 3. **¿Cómo puedo aprender?** Academias en el extranjero, academias cerca de casa, tandems, páginas web... Tienes que ver qué opción se ajusta más a tus posibilidades, pero nunca dejes de pensar "**tengo que mejorar el idioma**". En la web del Programa Hermes tienes un listado de páginas web para aprender.
- 4. El dominio de cualquier **segundo idioma** extranjero también será **muy positivo**.

Segundo paso: BUSCA PRÁCTICAS

- 1. Céntrate, a lo sumo, en dos o tres países a los que te gustaría ir para acotar la búsqueda, **y localiza empresas** que te interesen.

Para hacerlo puedes utilizar:

- 1. **Recomendaciones** de amigos, profesores y contactos en general.
- 2. **Redes profesionales** (Linkedin, Xing... ¡Agrégalos a LinkedIn!)
- 3. **Páginas web de empleo**. En la web del Programa Hermes tienes unas cuantas, pero recuerda que Internet es enorme.

Para cada empresa con la que decidas contactar pasa al siguiente paso.

Píldora de conocimiento...



Tercer paso: **ELABORA UN BUEN CURRICULUM VITAE (CV) Y UNA BUENA CARTA DE MOTIVACIÓN.** En [la web del Programa Hermes](#) tienes ejemplos y puedes enviarnos tanto el CV como la carta de motivación para ayudarte a mejorarlos. Estos documentos son "tu primera imagen" para la empresa, por lo que es primordial que cuides el detalle.

Cuarto paso: **BUSCA BECAS** (Leonardo, Faro, Argo, Erasmus Prácticas, IAESTE, Vulcanus, Eurodysee, Fullbright,...). Estudia las diferentes opciones de recibir una beca y solicítalas, ya que, en general, las bolsas de estudio (sueldo de prácticas) no son muy altas. En [la web del Programa Hermes](#) tienes un listado, tanto si eres estudiante como si eres titulado.

Quinto paso: **FORMALIZA LA PRÁCTICA** a través del Observatorio Ocupacional, es muy sencillo y de esta manera dispondrás de:

- ▮ La UMH suscribe un **seguro adicional** (si ya tienes) con MAPFRE, que es gratuito para ti y para la empresa, y que esperamos no utilices.
- ▮ El anexo de prácticas que obtienes es el único documento de prácticas que se reconoce en la UMH. Además, tendrás un documento de la UMH en el que conste que has realizado estas prácticas (en el futuro te puede hacer falta), pudiéndolo integrar en el CV como **experiencia pre-profesional**.
- ▮ Tendrás un documento traducido castellano-inglés, castellano-alemán o castellano-francés (en ocasiones en España no te aceptarán documentos sólo en inglés). Si te hiciera falta, sería un documento acreditativo de tu situación como estudiante en prácticas.
- ▮ Sabremos dónde estás: físicamente, país, empresa... y **si lo necesitas, te podremos ayudar**. En alguna ocasión os hemos enviado información sobre becas, programas, etc.
- ▮ Tendrás posibilidad de tener un **tutor UMH** y el **certificado posterior de aprovechamiento**. Si te hiciera falta, podrás reconocer las horas de prácticas como créditos de libre elección u optativos.

Último paso: ¡¡ **HAZ LAS MALETAS Y DISFRUTA DE UNA EXPERIENCIA INOLVIDABLE !!**

4. ¿Dónde puedo obtener **más información**? **Inscríbete a las Jornadas sobre prácticas internacionales** que se imparten en el Observatorio Ocupacional. Entra en: <http://observatorio.umh.es/> >> Cursos y Jornadas >> Jornadas UMH.

Te pueden interesar píldoras de conocimiento:

- ▮ **Formaliza tus prácticas**
- ▮ **Oportunidad del Servicio Voluntariado Europeo**
- ▮ **Triunfa en el proceso de selección**
- ▮ **Claves para buscar prácticas**