



... para hacer un buen vídeo currículum

1. **¿Qué es un video currículum?** Es una breve grabación en video en la que presentas tu perfil profesional, tus habilidades y experiencia a un posible empleador.
2. **¿Para qué me sirve un video currículum?** Sirve para diferenciarte de otros candidatos. Aquí tienes la oportunidad de mostrar cómo te expresas, qué dominio tienes de otros idiomas, y destacar otra serie de habilidades complementando y ampliando las posibilidades que te ofrece un currículum vitae (CV) tradicional.
3. **¿Cómo puedo hacer un video currículum?** Elabora un guion, identifica un escenario, graba una presentación y edita un video, así de fácil.

Elabora un guion

- Cuida el contenido de tu video currículum, prepáralo. Interésate por la empresa a la que quieres dirigirlo, averigua cuáles son sus valores, qué busca en un candidato,...
- Identifica los puntos que quieres tratar en tu video: tu formación académica, experiencia, competencias profesionales,...
- Con los puntos identificados elabora un guion, incluyendo los datos más importantes y destacando los aspectos más interesantes. Trabaja el contenido.

Identifica un escenario

- Busca uno o varios escenarios para el video currículum. El límite está en tus ideas y creatividad.
- Puedes grabar en espacios interiores o exteriores. En cualquier caso, localiza lugares bien iluminados, poco recargados y que presenten una imagen ordenada.

Graba una presentación

- Es necesario que dispongas al menos de una cámara web. Con otro tipo de equipos puedes ganar en calidad de imagen y sonido, pero no son imprescindibles.
- Comprueba que la iluminación y la acústica del lugar son las más adecuadas para la grabación.
- Cuida las apariencias. Tu imagen debe ir acorde contigo y con la empresa a la que te diriges. Ten en cuenta también la imagen que aparecerá de fondo.
- Delante de la cámara desarrolla tu guion, no lo leas, utilízalo de apoyo a tu exposición. Exprésate con oraciones simples y un vocabulario claro y directo.
- Sácale partido a tus dotes comunicativas: vocaliza, adecua tu volumen de voz, postura y gestos, y convence a la empresa de que tú eres el candidato que busca.

Píldora de conocimiento...



Edita un video

- ▣ Puedes incluir leyendas, gráficos y explicaciones que refuercen tu discurso y destaquen las ideas clave.
- ▣ Edita el video curriculum teniendo en cuenta que la duración debe ser inferior a 3 minutos.
- ▣ Con tu video curriculum en un USB, puedes pedir cita a observatorio@umh.es y venir al Observatorio Ocupacional, te ayudaremos y asesoraremos para mejorarlo.
- ▣ Si no se te da bien la edición, trae tu grabación y la música que desees, y en el Observatorio Ocupacional te ayudaremos en el montaje y la presentación del video.

4. **¿Cómo hago mi guion?** El contenido del video curriculum depende de lo que quieras transmitir y a quién vayas a dirigirlo. Aquí tienes unos ejemplos básicos que puedes utilizar como referencia a la hora de hacer tu guion:

Presentación. Preséntate e introduce qué vas a contar.

- ▣ Hola buenos días, me llamo ____, y me gustaría que me dedicaran unos minutos para comentarles mi trayectoria académica y profesional...
- ▣ Hola buenos días, me llamo ____ y voy a contarles en poco tiempo algo sobre mi experiencia y trayectoria profesional...

Formación. Habla de tu titulación, los cursos y talleres que hayas realizado y que estén relacionados con el puesto que quieres ocupar o las tareas que buscas realizar.

- ▣ Estoy estudiando...
- ▣ Soy diplomado/licenciado/graduado en...
- ▣ En mis años de formación he cursado...

Trayectoria profesional. Cuenta lo que has hecho.

- ▣ Mi trayectoria profesional se divide en dos partes... (si tienes dos etapas, una relacionada con el trabajo y otra distinta)
- ▣ En cuanto a mi trayectoria profesional, he realizado prácticas...
- ▣ He trabajado en....

Idiomas. Demuestra el conocimiento que tienes de otras lenguas.

- ▣ Si lo vas a enviar al extranjero, tienes que hablar durante todo la grabación en inglés o en el idioma del país en el que estés interesado.
- ▣ Si es para nuestro país, puedes hablar en todos los idiomas que dominas: inglés, alemán, italiano... Comenta cuál es tu nivel de dominio.

Píldora de conocimiento...



Competencias. ¿Cómo te consideras?

- ▣ Me considero una persona ____ (dinámica, creativa, responsable, con motivación por trabajar,...). Trata de apoyar las competencias con ejemplos que ilustren cómo las has conseguido.
- ▣ Mi incorporación a su organización aportaría valor añadido a...

Agradecimiento/despedida

- ▣ Me encantaría tener la oportunidad de que me concediesen una entrevista.
- ▣ Les agradezco su tiempo, espero haberles causado una buena impresión y tener noticias tuyas pronto. Gracias.

5. ¿Alguna recomendación?

- ▣ Practica tu exposición antes de grabarla, así lograrás transmitir tu mensaje con naturalidad.
- ▣ Trata de que la expresión de tu cara, postura y manos, transmita un mensaje coherente con lo que dices, la comunicación no verbal es fundamental.
- ▣ Evita utilizar como fondo musical canciones agresivas o rápidas que distorsionen el mensaje que quieres dar.
- ▣ Sube tu video currículum a un canal (tipo YouTube o Google videos) e incluye el enlace en tu CV, de esta forma realizas difusión del mismo entre los responsables de Recursos Humanos de las empresas que te interesan y evitas el envío de archivos pesados.

Te pueden interesar píldoras de conocimiento:

- ▣ Haz un buen currículum
- ▣ Triunfa en el proceso de selección
- ▣ Da el perfil en la dinámica de grupo
- ▣ Ejemplos de video currículums en <http://empleate.umh.es>