

A man with a beard, wearing a blue denim jacket over a dark blue t-shirt, is seated in a wheelchair. He is smiling and waving his right hand. In front of him is a silver laptop. The background shows a kitchen with a white refrigerator, a coffee maker, and a person's head in the distance. A large yellow number '4' is overlaid on the right side of the image, with a horizontal yellow line underneath it.

4

¿En dónde puede encontrar programas de capacitación laboral y ayuda gubernamental para su búsqueda de empleo y desarrollo profesional?

¿En dónde puede encontrar programas de capacitación laboral y ayuda gubernamental para su búsqueda de empleo y desarrollo profesional?

Hay organizaciones gubernamentales y privadas que pueden ayudarle a encontrar empleo o capacitación laboral.

Centros de desarrollo profesional

Los centros integrales de desarrollo profesional son centros que ofrecen apoyos gratuitos para la búsqueda de empleo al público en general. Brindan información y asistencia a las personas que buscan empleo o que necesitan preparación académica y capacitación para conseguir un empleo.

Puede encontrar centros integrales de desarrollo profesional a lo largo y ancho de Estados Unidos (también se conocen como centros de empleo). Puede encontrar las direcciones de los centros en el estado de Nueva York por código postal en el [localizador de centros de desarrollo profesional del estado de Nueva York](#) del Departamento de Trabajo. Para encontrar centros fuera del estado de Nueva York, llame al 877-872-5627 o visite [CareerOneStop.org](#).

Los centros integrales de desarrollo profesional ofrecen clases de redacción de currículums, uso de computadoras y desarrollo de habilidades para entrevistas. Aproveche los programas que se adapten a su horario; podría tener nuevas ideas.

Los centros de desarrollo profesional también pueden aplicar exámenes para evaluar sus habilidades, como los que se describen en el capítulo 1 de este manual. Esos exámenes pueden ayudarle a determinar sus habilidades e intereses. Algunos exámenes pueden relacionar sus habilidades e intereses con diferentes tipos de empleos. Los centros de desarrollo profesional también tienen enlaces a bolsas de trabajo con instrucciones para presentar solicitudes. La [Bolsa de Trabajo del Estado de Nueva York](#) incluye oportunidades en Nueva York y en Nueva Jersey y Connecticut, entre las que puede buscar por tipo de empleo y ubicación. Puede ver más información sobre cómo buscar anuncios de empleo en el capítulo 7.

Durante el horario laboral, estos centros de desarrollo profesional también le ofrecen acceso a computadoras, internet e impresoras. Los centros de desarrollo profesional pueden remitirlo a otros programas de capacitación u organizaciones. También pueden contar con información sobre beneficios para buscadores de empleo elegibles, como pases de autobús o fondos para comprar ropa.

Antes de visitar un centro de desarrollo profesional en persona, prepárese como lo haría para solicitar un empleo. Lleve el [formulario de datos personales](#) que llenará en el capítulo 7 y su currículum, si lo tiene. Vístase bien. Lleve una lista de preguntas en su cuaderno para ayudarle a entender cómo aprovechar al máximo un centro de desarrollo profesional.



Anótelo: Posibles preguntas

- ¿Qué tipo de clases ofrecen?
- ¿Cuál es el horario de clases?
- ¿Cuándo y dónde se publican las vacantes?
- ¿Qué exámenes de evaluación profesional aplican, y cuáles debo presentar?
- ¿Hay programas de capacitación que puedan recomendarme?
- ¿Hay otros beneficios para los que podría ser elegible?

En ocasiones los empleadores organizan sesiones de entrevistas laborales en los centros de desarrollo profesional, que se anuncian en línea en los sitios de internet de los empleadores o en sitios de redes sociales, como Craigslist. Consulte las instrucciones para ver si tiene que registrarse para una entrevista o llenar una solicitud previamente, o si debe presentarse en el centro solamente en ciertos días y horarios. Asegúrese de que cumple con todos los criterios para el empleo. Por ejemplo, si una compañía de autobuses está entrevistando posibles conductores, asegúrese de que tiene el tipo de licencia de conducir e historial de conducción que se exigen para el trabajo.

Cuando visite el centro de desarrollo profesional para una de esas sesiones de entrevistas, lleve al menos cinco (5) copias de su currículum, ya que puede conocer a varios empleadores o a más de una persona de un solo empleador, y vístase con ropa apropiada para una entrevista. En el caso de empleos populares, quizá tenga que esperar para que lo entrevisten. Esté preparado para participar en varias entrevistas. Considere que cada entrevista es importante, y nunca se queje de la espera, ni siquiera a otros aspirantes. Podría escucharlo alguien que trabaja con su próximo empleador.

Anote nombres, sea cortés y entusiasta

Los centros de desarrollo profesional pueden brindarle mucha ayuda. Los centros de desarrollo profesional también atienden a muchas personas. Si es cortés y entusiasta y muestra disposición, destacará en un grupo numeroso de personas que buscan empleo. Lo primero es aprender los nombres de las personas a las que conozca, como asesores de empleo, consejeros y especialistas en empleo.



Dé un paso extra: Aprenda los nombres de las personas y úselos

Pida sus tarjetas de presentación a las personas que lo ayuden, y cuando regrese a la oficina pregunte por ellos usando su nombre correcto. No se acerque a un escritorio y diga: "vine la semana pasada y esa señora alta me ayudó". Aprenda los nombres y úselos correctamente. Diga "señor" o "señora", excepto cuando le pidan que use el nombre de pila. Si no sabe cómo pronunciar un nombre, pida ayuda. Las personas apreciarán que diga: "Quiero estar seguro de pronunciar bien su nombre, ¿podría ayudarme?". Cuando alguien le ayude, escriba una breve nota de agradecimiento. Puede escribirla a mano y entregarla en persona, o enviarla por correo o correo electrónico.

Siempre use buenos modales, asista a sus citas y llegue puntual a todas sus clases. El solo hecho de decir "por favor" y "gracias" es muy efectivo. Recuerde que las personas del centro de desarrollo profesional están ahí para **ayudarle** a conseguir empleo. Ellas no le consiguen un empleo - eso lo hace usted. Si exige cosas y es grosero, naturalmente serán menos serviciales. Demuestre sus habilidades organizativas anotando las citas en su calendario y tomando notas en su cuaderno. Muchas de estas personas hablan con empleadores que están contratando, y les piden recomendar a aspirantes para una vacante. Si es cortés y profesional, es más probable que lo recomienden.

Trate la oficina del centro como un lugar de trabajo. No sea demasiado casual. No invite a los consejeros a citas o fiestas. Estas son oficinas, no reuniones sociales.



Lista de verificación para alcanzar el éxito: Sea un participante activo

Averigüe todo lo que pueda sobre los programas y agencias con los que entre en contacto. De esa manera, cuando lo recomienden para un empleo o prácticas profesionales puede hablar bien sobre el programa o la oficina que lo envió.

- Conozca los nombres y puestos correctos de las personas que lo ayudan.
- Trate a todos los miembros de la organización con respeto. Recuerde que todos pueden ser referencias, y que hablan con los empleadores.
- Ofrezcase como voluntario para ayudar a su consejero, asesor o capacitador, o a otro buscador de empleo. Es una manera de adquirir experiencia y demostrar que es responsable y sabe trabajar en equipo. Puede ayudar a hacer copias, hacer llamadas telefónicas, entregar paquetes, limpiar un armario, mostrarle a alguien dónde está el sanitario, ¡lo que sea! Se agradecerá su ayuda.
- Siempre llegue a tiempo y asista a sus citas. ¡Anote las citas en su calendario!
- Pida críticas constructivas sobre sus tareas y entrevistas, ¡y escuche! Estas son personas que pueden darle información valiosa.
- Envíe notas de agradecimiento, o entréguelas en persona.
- Exprese su agradecimiento en persona.
- No exija cosas.
- Pida recomendaciones y sugerencias.
- Nunca hable mal de la organización ni de sus personas.
- Si un consejero, asesor laboral o capacitador deja la organización, averigüe a dónde va y si sería apropiado contactarlo en la nueva organización. Podría seguir siendo un gran apoyo para usted en su nuevo trabajo.
- No critique ni se queje por los trámites o los exámenes. Son pasos del proceso, y quizá son necesarios para que la organización reciba fondos. Prepárese para ellos y sea profesional.

Otras oficinas gubernamentales que pueden ayudar

Muchos estados, condados y ciudades también tienen departamentos para ayudar a buscar empleo a las personas con necesidades o antecedentes específicos. Pueden ayudar a las personas con distintos tipos de discapacidades, a veteranos o a jóvenes. El centro de desarrollo profesional puede recomendarle agencias que podrían serle de utilidad.

En el estado de Nueva York, [ACCES-VR](#) (Rehabilitación vocacional) es una oficina gubernamental establecida para ayudar a las personas con discapacidades a encontrar capacitación y empleo, incluyendo a quienes estuvieron encarcelados. ACCES-VR forma parte del Departamento de Educación del Estado. El sitio le dirá cuándo y dónde se realizan sesiones informativas para determinar la elegibilidad para sus servicios. Si no está en Nueva York, tendrá que averiguar si su estado tiene una agencia similar a ACCES-VR. Los centros integrales de desarrollo profesional son un lugar excelente para averiguar esta información.



Historias reales

Una buscadora de empleo trabajaba como asistente de salud en el hogar (HHA) tras obtener su certificación de HHA después de terminar la educación secundaria. También quería convertirse en asistente de enfermería certificada (CNA), pero le preocupaba el costo de la capacitación; había pagado su capacitación como HHA y no tenía dinero para las clases de CNA. Durante una conversación sobre avance laboral en un centro de desarrollo profesional, la buscadora de empleo reveló que tenía una discapacidad del aprendizaje y había recibido servicios de educación especial en la escuela. El asesor de búsqueda de empleo le recomendó solicitar servicios y asistencia a ACCES-VR. ACCES-VR pagó las clases de CNA y la buscadora de empleo consiguió el empleo que quería.

Capacitación industrial; aprendices

El trabajo como aprendiz es una ruta laboral de alta calidad, orientada a la industria, en la que los empleadores pueden desarrollar y preparar a sus futuros trabajadores y las personas pueden obtener experiencia laboral remunerada, instrucción en el aula y, a menudo, una acreditación propia con reconocimiento nacional.

Los aprendices tradicionalmente trabajan en la construcción y en oficios como plomería, carpintería, calefacción, ventilación y aire acondicionado, cerrajería, reparación de vidrios automotrices y mecánica automotriz. Ya hay oportunidades para aprendices en diversos sectores, como tecnologías de la información (TI), servicios de salud, hospitalidad, seguridad cibernética, energía, manufactura avanzada, transporte, servicios financieros, e incluso entrenamiento canino y estética de mascotas. Un buen lugar para empezar a buscar puestos para aprendices es [Apprenticeship.gov](https://www.apprenticeship.gov).

Organizaciones sin fines de lucro que ayudan con capacitación y búsqueda de empleo

También hay muchas organizaciones que ayudan a las personas a obtener habilidades para un empleo, o que brindan asistencia en la búsqueda de empleo. Estas pueden ser organizaciones independientes, pueden formar parte de organizaciones más grandes o pueden estar vinculadas a programas gubernamentales. Por ejemplo la YMCA de su localidad podría tener un programa que ayude a buscar empleo. También puede preguntar por programas de capacitación en la biblioteca, en el centro comunitario más cercano o en un lugar de culto. Llámelos para preguntar.

No debe tener que pagar para que le ayuden a encontrar empleo. Evite los programas que le cobren por escribir su currículum o darle información sobre empleos. Puede recibir este tipo de ayuda gratis.

Hay programas de educación y capacitación que cobran una tarifa, como los necesarios para obtener una licencia de guardia de seguridad del estado de Nueva York o para convertirse en asistente de salud en el hogar certificado. Si está pensando en inscribirse en un programa, pregunte por todas las formas en las que puede conseguir subsidios gubernamentales para pagar la clase. En algunas escuelas le dirán que pueden ayudarle a conseguir préstamos. Recuerde que tendrá que pagar los préstamos, incluso si no encuentra trabajo después de terminar sus estudios. Confirme que las personas que terminan el curso o la capacitación han conseguido empleos en los que ganan lo suficiente para vivir y pagar sus préstamos. Pida hablar con egresados para conocer sus experiencias antes de inscribirse en una clase.

Comunitarios

Los clubes de empleo se organizan para ayudar compartiendo recursos en conversaciones grupales. Son patrocinados por una gama de organizaciones. El sitio de internet Career One Stop tiene un [localizador de clubes de empleo](#).

Jóvenes

Job Corps imparte las habilidades necesarias para tener éxito en el trabajo y en la vida a los jóvenes elegibles de 16 a 24 años de edad. Llame al 800-733-5627 para pedir información, y use el [localizador de centros de Job Corps](#) para buscar centros. Busque otros tipos de ayuda usando el [localizador de programas para jóvenes](#); comuníquese con más de uno para conocer los diferentes tipos de ayuda que ofrecen.

Adultos mayores

El Senior Community Service Employment Program (SCSEP) es un servicio de capacitación en el empleo para estadounidenses de la tercera edad. Llame al 877-872-5627 para obtener más información o consulte el [localizador de programas de trabajo para adultos mayores](#).

Inmigrantes

Las personas que inmigraron a Estados Unidos pueden usar el [localizador de asistencia para refugiados](#) para buscar servicios de empleo, asistencia en desarrollo profesional para trabajadores capacitados, y servicios sociales.

Beneficiarios de SSI y SSDI

[America Works](#) es un programa que actualmente ayuda a las personas de 18 a 64 años de edad que buscan trabajo y que reciben apoyos del Seguro Social (SSI) o seguro por discapacidad del Seguro Social (SSDI). Los beneficiarios del SSDI que deseen trabajar pueden ver más información sobre las oportunidades disponibles en el programa federal [Ticket to Work](#).

¿Qué son prácticas profesionales y cómo las hago?

Un programa de prácticas profesionales le permite trabajar con una personas más experimentada para ayudarle y aprender. Las prácticas profesionales pueden durar de unas horas a unos meses; también puede llamarse observación profesional.

Es raro que las prácticas profesionales sean remuneradas. Sí obtendrá valiosa experiencia laboral. También conseguirá posibles referencias y la oportunidad de conocer el trabajo de primera mano. Algunos empleadores también contratan a las personas que hacen buenas prácticas profesionales.

Trate las prácticas profesionales como un trabajo remunerado. Cuando hace prácticas profesionales, debe llegar con puntualidad. Sea respetuoso con sus supervisores, con otros practicantes y con los empleados remunerados. Termine su trabajo (y pida más trabajo) y sea entusiasta.

Incluya su experiencia en prácticas profesionales en su currículum. Puede usar "practicante" en el puesto, pero no es necesario que lo haga si el puesto suena bien sin eso. Por ejemplo, si hizo prácticas profesionales en una organización sin fines de lucro, quizá fue un "asistente de programa". Debe incluir la experiencia en prácticas profesionales en su currículum sin importar si fue remunerada o no, al igual que su experiencia de voluntariado.

Puede encontrar vacantes para prácticas profesionales en sitios de empleos y centros de desarrollo profesional.

Cuide su actitud

Digamos que consigue hacer prácticas profesionales o inicia un programa de capacitación, pero siente que el programa es deficiente o no vale la pena. Este es el momento de cuidar su actitud y recordar que usted está buscando un EMPLEO, y solamente USTED puede mantener una buena actitud, que los demás percibirán.

Cuando añada el trabajo con agencias y los programas de capacitación a su búsqueda de empleo, su calendario empezará a llenarse. Está haciendo un gran trabajo en su búsqueda de trabajo. Cada día se acerca más a su objetivo.



Lista de pendientes del capítulo 4

- _____ Encontrar el centro integral de desarrollo profesional, centro de empleo o centro de desarrollo profesional de su localidad e investigar lo que ofrece.
- _____ Buscar oportunidades como aprendiz o practicante, si podrían ayudarle a alcanzar su objetivo.
- _____ Identificar al menos una organización comunitaria o sin fines de lucro que ofrezca servicios que se adapten a sus necesidades.

| Enlaces rápidos a recursos | |
|---|---|
| Nombre del recurso | Dirección de internet |
| America Works | americaworks.com |
| Apprenticeship.gov | apprenticeship.gov |
| Career One Stop - Localizador de clubes de empleo | careeronestop.org Se encuentra en Find Local Help (Encontrar ayuda local) Community Services (Job Club Finder) (Servicios comunitarios (Localizador de clubes de empleo)) |
| Career One Stop - Localizador de centros de Job Corps | careeronestop.org Se encuentra en Find Local Help (Encontrar ayuda local) Job Corps Center Finder (Localizador de centros de Job Corps) |
| Career One Stop - Ubicaciones de centros de empleo en Estados Unidos | careeronestop.org Se encuentra en Find Local Help (Encontrar ayuda local) |
| Career One Stop - Localizador de programas para adultos mayores | careeronestop.org Se encuentra en Find Local Help (Encontrar ayuda local) Older Worker Program Finder (Localizador de programas para adultos mayores) |
| Career One Stop - Localizador de asistencia para refugiados | careeronestop.org Se encuentra en Find Local Help (Encontrar ayuda local) Refugee Assistance Finder (Localizador de asistencia para refugiados) |
| Career One Stop - Localizador de programas para jóvenes | careeronestop.org Se encuentra en Find Local Help (Encontrar ayuda local) Youth Programs Finder (Localizador de programas para jóvenes) |
| Localizador de centros de desarrollo profesional del estado de Nueva York | labor.ny.gov/career-center-locator |
| Bolsa de Trabajo del Estado de Nueva York | newyork.usnlx.com |
| NYS ACCESS-VR | access.nysed.gov/vr |
| Ticket to Work | ssa.gov/work |
| División de Servicios de Justicia Penal del Estado de Nueva York | criminaljustice.ny.gov Busque "reentry task force" |
| Biblioteca Pública de Nueva York | nypl.org Busque "Connections a free guide for formerly incarcerated people" |
| Sistema de Bibliotecas de Westchester | connections.westchesterlibraries.org |



¿Necesita ayuda?

El Sistema de Bibliotecas de Westchester ofrece talleres, recursos y asesoría personalizada para orientar su búsqueda de empleo y mejorar sus habilidades en entrevistas. Encuentre más información en FirstFind.org.