**La autocandidatura: cuatro pasos básicos**

Cuando enviamos nuestro currículum a una empresa que no tiene abierto ningún proceso de selección para una vacante en concreto, se denomina autocandidatura o candidatura espontánea. Es una de las formas de anticiparnos a las necesidades de las empresas e incorporarnos a su base de datos de currículums a la que acuden cuando tienen necesidad de cubrir un puesto. Hay cuatro pasos básicos para que nuestra autocandidatura pueda tener éxito. Son éstos:

**Selecciona bien las empresas a las que te quieres presentar.** No vale hacer un mailing masivo. Dedica un tiempo a hacer un listado de empresas en las que realmente te gustaría trabajar y conócelas a fondo: cómo es su estructura, qué filosofía tienen, cuáles son sus objetivos, en qué puestos de trabajo podrías ser útil, cómo son sus procesos de selección y, muy importante, si tienen un espacio concreto (por ejemplo, el bloque 'Trabaja con nosotros', en su web) o mail para enviar los currículums, etc. Muchas veces, con detenernos un rato en su página web, ya tendremos toda esa información.

**Redacta una carta de presentación y un currículum adecuados para cada autocandidatura.** Con toda la información que hayas conseguido en el primer paso, debes escribir una carta de presentación que se adecúe a cada empresa. Puesto que la empresa no ha abierto ningún proceso de selección concreto, en la carta de presentación deberemos transmitir, sobre todo, nuestra motivación por trabajar en dicha compañía. Ajusta también tu currículum a los puestos de trabajo que esa empresa podría tener para ti.

**Haz tu candidatura espontánea.** Si la empresa tiene un espacio específico en su página web para hacerlo, utilízalo. Tus datos se incorporarán directamente a la base de datos de la empresa. Si no lo tiene, te recomendamos que hagas la candidatura vía mail. Sobre todo, no adjuntes la carta de presentación cómo un documento Word. Escríbela en el cuerpo del mensaje.

**Sigue tus candidaturas.** Pasado un tiempo prudencial, puedes llamar por teléfono para asegurarte de la recepción de tu currículum. No lo envíes repetidamente, a no ser que incorpores importantes cambios en tu currículum, que deberás explicar detalladamente en tu carta de presentación. Los expertos también recomiendan volver a enviar el currículum pasados seis meses o un año de tu autocandidatura puesto que las empresas suelen revisar sus bases de datos y borrar los CV que hace más tiempo que tienen.

**FACEBOOK Y TWITTER: Hoy, en Adeccorientaempleo.com, los cuatro pasos básicos que debes seguir si quieres hacer una autocandidatura.**