

MINI-GUÍA



# Identificá tus habilidades transferibles

A veces creés que no tenés nada para dar.  
En realidad lo que pasa es que no te mirás bien.

**angelinaferreri**  
*expansión profesional vital*

# Bienvenida

¡Hola! ¿Cómo estás? Si llegaste hasta acá, tal vez te sentís un poco confundida... o con esa mezcla de dudas que a veces se enreda adentro.

Necesitas cambiar la ruta de tu vida laboral y te repetís que no sabés hacer otra cosa.

O quizás...

¿Desconoces lo que tenés para dar?

¿No sabés nombrar lo que tenés para ofrecer?

¿Te cuesta identificar en qué eres buena?

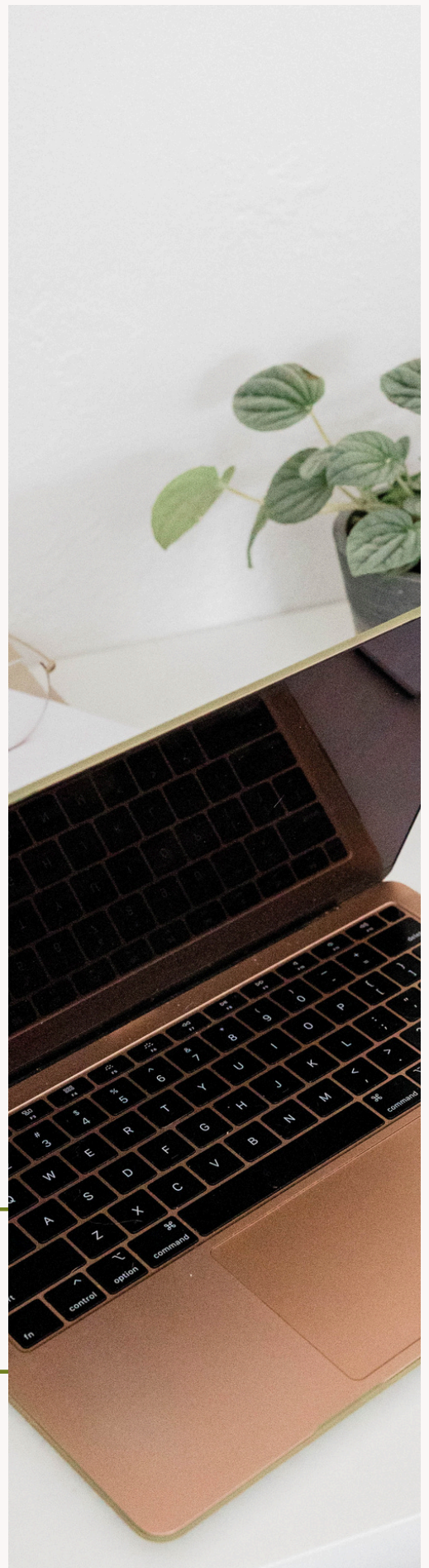
Que entiendas, veas y reconozcas con qué recursos ya contás para tu reinención profesional, es un primer paso fundamental en el proceso hacia el cambio de ruta.

---

Me persigue la idea de que te veas y que reconozcas todo lo que hay dentro de tí y que tú no ves ni valorás.

Y para eso desarrollé esta guía, para ayudarte a ver las habilidades que has desarrollado y que ya tenés, y que además son importantes para el mercado, para las empresas, para tu propio proyecto o emprendimiento.

Si decidís cambiar el rumbo de tu carrera laboral, vamos a sacarle el jugo a todas las habilidades que ya están en tí.



AQUI VAMOS

## Hablemos de tus *Habilidades Transferibles*

---

¿Sabés qué son?

Las habilidades transferibles son habilidades que has aprendido a lo largo de tu vida y que podrás llevarlas y aplicarlas en todos los trabajos, proyectos, emprendimientos que realices.

Son la base para articular lo que tienes para ofrecer y lo que el mercado necesita, generando oportunidades laborales más sostenibles y con más sentido para tí.





## ¿En qué te ayudan esas *habilidades*?

### ✓ ***Te permiten ampliar el rango de opciones laborales***

Son tu “pasaporte profesional” ya que no se limitan a un puesto o sector específico.

### ✓ ***Te ayudan a acortar la brecha de entrada a nuevos roles***

Funcionan como un puente: indican un valor real y demostrable, reduciendo la percepción de “inexperiencia” que puedas tener en temas más técnicos o específicos.

### ✓ ***Son un activo diferencial a la hora de presentarte y mostrarte***

Podrás destacarlas en tu CV, en entrevistas, conversaciones de networking, a la hora de proyectar un emprendimiento, etc. Con ellas, fortalecerás tu propuesta de valor profesional única y exclusiva.



## ¿En qué te ayudan esas *habilidades*?

### ✓ **Potencian tu autoconfianza para sostener tu transición**

Reconocer y nombrar estas habilidades te dará seguridad y dirección y te ayudará a fundamentar tu historia laboral de forma potente y coherente.

### ✓ **Conectan tu propósito personal con la demanda del mercado**

Las habilidades transferibles te ayudarán en el diseño de una ruta laboral que esté alineada y en coherencia con tus intereses, tus valores y tus prioridades en esta etapa de tu vida.



*Por esto es fundamental que las identifiques y te apropiés de ellas.*



# CÓMO TRABAJAR EN ESTA GUÍA

Para trabajar en esta guía te invito a que te tomes tu tiempo.

Que lo hagas en un momento y espacio que te permitan conectar contigo, observarte, sentirte y pensarte.

Estás en un proceso de cambio que implica una nueva mirada hacia ti misma.

**Entonces, a tomarlo como te lo mereces: con calma, mucho amor y cuidado contigo misma.**

angelinaferreri



# Lista de *habilidades transferibles*

Te invito a leer cada una con los ejemplos que te planteo. Te verás reflejada en muchas de ellas de forma automática.

En otras, tendrás dudas si te identifican o no. La idea es que fluyas.

Que pienses en esos ejemplos y en momentos, situaciones que se repiten en tu vida y en los que espontáneamente actúas de una u otra manera.

Disfruta del proceso mientras piensas en ti, en tu historia y en lo que naturalmente te caracteriza.

angelinaferreri



*Cuanto más  
claras vemos  
nuestras  
fortalezas,  
más fácil es  
elegir caminos  
que tengan  
sentido para  
nosotras.*



## Si sos una mujer que...

- Siempre redacta los mails importantes en tu equipo.
- Te buscan para explicar algo complicado en palabras simples.
- Disfrutás contar historias o escribir posts que inspiran.
- Expresas con facilidad órdenes, ideas, proyectos, conceptos.
- Moderás reuniones o conversaciones para que todos se entiendan y participen.
- Negociás acuerdos o resuelve conflictos entre personas con posturas diferentes.

Entonces probablemente tengas:

HABILIDAD DE COMUNICACIÓN EFECTIVA Y CLARIDAD NARRATIVA

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

### Si sos una mujer que...

- Logra que personas con opiniones diferentes lleguen a un acuerdo.
- Sabés pedir un aumento, defender un proyecto o argumentar una idea.
- Convince a la familia y/o amigos a hacer planes o cambios.
- Busca acuerdos donde todas las partes ganen.
- Sabe cuándo ceder y cuándo sostener su postura.
- Llega a consensos en familia, trabajo o comunidad, aunque haya intereses distintos.

Entonces probablemente tengas:

HABILIDAD DE NEGOCIACIÓN Y PERSUASIÓN

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---



## Si sos una mujer que...

- Organiza grupos, reuniones o tareas espontáneamente.
- Te piden coordinar porque confían en vos.
- Solés ver el paso a paso de un proyecto y tomar decisiones
- Motiva a otras personas a avanzar cuando están trabadas o desmotivadas.
- Sabe delegar tareas y guiar a cada persona según su potencial.
- Se convierte en referente o punto de consulta, aunque no tenga un cargo formal de jefatura.

**Viste que el liderazgo no siempre es jerárquico. sino una forma de influir, sostener y orientar – algo que tal vez llevás en tí y no lo reconocés como activo profesional.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

Si te reconocés en uno o varios de estos gestos, probablemente esta habilidad esté presente en tu estilo: **Habilidad de liderazgo y gestión de equipos.**

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

# 04

## RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

---

### Si sos una mujer que...

- Encuentra soluciones prácticas cuando algo sale mal.
- Es creativa para "resolver con lo que hay".
- Ayuda a otros a destrabar conflictos o dilemas.
- Encuentra soluciones prácticas cuando surgen imprevistos.
- No se queda trabada en el problema, sino que busca alternativas.
- Es creativa para sortear obstáculos con los recursos que tiene.

**Tienes rasgos vinculados a una habilidad que es la  
Resolución creativa de problemas.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---



## Si sos una mujer que...

- Escucha a otros sin juzgar.
- Capta rápido cómo se siente alguien.
- Acompaña, contiene o sabe cuándo decir algo y cuándo guardar silencio.
- Media conflictos ayudando a que todas las partes se entiendan mejor.
- Percibe el clima de un equipo y sabe cuándo intervenir para mejorar la convivencia.
- Motiva o calma a otros adaptando tu forma de hablar según la persona y la situación.

**Esto no se trata de ser "buena gente". sino que es una habilidad estratégica que sostiene equipos, vínculos y resultados. ¿Qué tal?**

Quizás encontrás parte de esta forma de hacer en vos misma. **Habilidad de empatía e inteligencia emocional.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

.....

.....

.....

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector o tu emprendimiento?*

.....

.....

.....

## Si sos una mujer que...

- Cambiaste de rol, emprendiste o aprendiste algo nuevo por cuenta propia.
- Te reinventaste en una crisis (personal, laboral, familiar).
- No le temés a aprender herramientas, idiomas o habilidades nuevas.
- Se acomoda rápido a nuevos equipos de trabajo o formas de hacer las cosas.
- Busca información, cursos o contactos cuando no sabe algo y lo resuelve sola.
- Encuentra soluciones creativas cuando las circunstancias cambian de repente.

Con esto queda claro que adaptarse y aprender no es sólo "capacidad técnica", sino **mentalidad activa para surfear cambios y abrir caminos.**

Esto podría mostrar que esta habilidad ya vive en tu forma de actuar **Habilidad de adaptabilidad y mentalidad de crecimiento.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector o tu emprendimiento?*

---

---

---

## Si sos una mujer que...

- Coordina horarios, recursos y personas (en la casa, el trabajo o actividades).
- Siempre tiene listas, calendarios o recordatorios para que nada se pierda.
- Sabe priorizar tareas cuando todo parece urgente.
- Diseña presupuestos, calcula gastos o administra recursos para que todo funcione.
- Prepara planes alternativos cuando algo no sale como estaba previsto.
- Ayuda a otras personas a ordenar sus tareas, espacios o tiempos para que sean más eficientes.

Cuando hablamos de “organización” no es sólo “ser ordenada”, sino **gestionar recursos, tiempos y prioridades**, algo que vale oro en cualquier reinención laboral.

**Tal vez notes que tenés rasgos de esta habilidad. a tu manera  
Organización y gestión del tiempo.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

## Si sos una mujer que...

- Analiza pros y contras antes de decidir.
- Te gusta revisar datos, información o presupuestos para entender mejor.
- Te piden revisar detalles o encontrar errores porque tenés ojo crítico.
- Desarma problemas complejos en pasos simples para resolverlos mejor.
- Conecta información de distintas fuentes para sacar conclusiones útiles.
- Propone mejoras o detecta oportunidades a partir de observar procesos y resultados.

Cuando analizar no es sólo “ser detallista”, sino una **habilidad estratégica y práctica para tomar mejores decisiones.**

**Si algo de esto resuena con vos, es señal de que esta capacidad forma parte de tu caja de herramientas. Pensamiento analítico y atención al detalle.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

## ORIENTACIÓN A RESULTADOS

---

### Si sos una mujer que...

- Cumple objetivos aunque cambien las circunstancias.
- Va ajustando el plan sin perder de vista la meta final.
- Le gusta medir avances y celebrar logros, grandes o pequeños.
- Se enfoca en terminar tareas clave aunque surjan imprevistos o distracciones.
- Encuentra formas prácticas de optimizar tiempo, recursos o esfuerzos para llegar a la meta.
- Motiva a otras personas a comprometerse con los resultados y no quedarse en excusas.

Nos inculcaron esto de que “hay que ser productiva”. En realidad la gracia es enfocarte e **impulsar objetivos reales y sostener el foco, incluso cuando el camino cambia.**

**Si te sentís identificada, es posible que esta habilidad sea parte de tu forma de aportar valor Orientación a resultados y enfoque productivo.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

# 10

## CREATIVIDAD PRÁCTICA

---

### Si sos una mujer que...

- Encuentra formas nuevas de hacer lo de siempre.
- Busca recursos alternativos cuando no tiene todo a mano.
- Disfruta proponiendo ideas diferentes para mejorar algo.
- Combina ideas de distintas áreas para resolver un problema de forma original.
- Convierte limitaciones en oportunidades para innovar (por ejemplo: bajo presupuesto, poco tiempo).
- Inspira a otras personas a pensar "fuera de la caja" y probar nuevas maneras de hacer las cosas.

No tenés que ser una artista para ser creativa. Se trata de **encontrar soluciones frescas, realistas y aplicables** en cualquier contexto.

**Podés explorar cuánto de esto se refleja hoy en tu trabajo y vida personal. Creatividad aplicada y pensamiento innovador**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

## Si sos una mujer que...

- Une personas o contactos que no se conocían pero pueden ayudarse.
- Modera conversaciones o reuniones para que todas las voces se escuchen.
- Genera un ambiente de confianza donde la gente se anima a participar.
- Traduce ideas o necesidades entre diferentes áreas o personas para que se entiendan mejor.
- Detecta afinidades y oportunidades de colaboración entre personas o equipos.
- Crea redes de apoyo o espacios donde otras mujeres se fortalecen y se sienten acompañadas.

¿Ser sociable? también pero es más que eso. Es activar **puentes, conversaciones y sinergias reales.**

**Si algo de esto te describe, ya tenés esta fortaleza en acción, aunque sea de forma sutil. Facilitación de grupos y creación de redes.**

¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?

---

---

---

¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?

---

---

Recordá: estas habilidades no dependen de un título. Se construyeron con tu experiencia, tu forma de ser y tu historia. Reconocelas, poneles nombre y animate a contarlas en voz alta.



## Si sos una mujer que...

- Se preocupa genuinamente porque la otra persona quede satisfecha y bien atendida.
- Escucha necesidades, ajusta lo que hace falta y da seguimiento.
- Sabe tratar con amabilidad incluso a personas difíciles o exigentes.
- Se anticipa a problemas o dudas de otras personas y ofrece soluciones antes de que se lo pidan.
- Genera confianza porque cumple promesas y cuida cada detalle de la experiencia.
- Encuentra formas de mejorar la calidad de lo que entrega, aunque nadie se lo pida.

Orientación **al cliente** no es solo “ser amable”, sino **crear valor real y experiencias memorables**, algo muy valorado en cualquier sector.

### Habilidad: Orientación al cliente y vocación de servicio.

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

.....

.....

.....

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

.....

.....

.....

### Si sos una mujer que...

- Ha pasado por situaciones difíciles y encontró recursos internos para salir adelante.
- Mantiene la calma cuando otros pierden el control.
- Encuentra aprendizajes valiosos aún en momentos complicados.
- Se adapta rápido a cambios inesperados sin perder el rumbo ni la confianza.
- Busca apoyo o estrategias para recuperar el equilibrio cuando la presión es alta.
- Inspira a otros con su actitud positiva y su capacidad para levantarse tras un golpe.

Reinterpretando: la resiliencia no es “aguantar”, sino tener recursos conscientes para transformar la adversidad en crecimiento.

**Esto puede ser una pista de que contás con esta habilidad. a tu propio estilo:  
Manejo de crisis y resiliencia personal.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

# 14

## INICIATIVA EMPRENDEDORA

---

### Si sos una mujer que...

- Detecta oportunidades para mejorar o crear algo nuevo, sin que nadie se lo pida.
- Se anima a lanzar proyectos, actividades o propuestas.
- Se arriesga a probar ideas, incluso si no tiene todo resuelto.

Tal vez no la uses siempre igual, pero si algo de esto habla de vos, ahí **hay potencial. Iniciativa emprendedora e innovación.**

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

### Si sos una mujer que...

- Ayuda a personas enfrentadas a encontrar puntos en común.
- Sabe poner límites con respeto y claridad.
- Evita escalar problemas buscando soluciones justas.
- Escucha con atención y sin juzgar para entender todos los puntos de vista.
- Interviene cuando siente que una discusión puede perjudicar al grupo o equipo.
- Propone acuerdos o caminos intermedios que benefician a todas las partes.

Aquí no hablamos de “calmar los ánimos”, sino **activar soluciones efectivas y respetuosas que fortalezcan vínculos.**

#### Habilidad: Mediación y manejo constructivo de conflictos.

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

.....

.....

.....

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

.....

.....

.....

### Si sos una mujer que...

- Administra bien tiempo, dinero o materiales, aunque sean limitados.
- Organiza presupuestos, gastos o compras para que todo rinda más.
- Optimiza recursos en casa, trabajo o proyectos personales.
- Encuentra soluciones prácticas para hacer rendir lo que tiene, incluso con poco presupuesto.
- Prioriza tareas y actividades para aprovechar mejor su tiempo y energía.
- Negocia o consigue apoyos para maximizar lo disponible en sus proyectos o equipo.

Así subrayás que **gestionar recursos es clave para la eficiencia y el éxito** en cualquier ámbito.

#### Habilidad: Gestión eficiente de recursos

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

.....

.....

.....

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

.....

.....

.....



## ADAPTABILIDAD

---

### Si sos una mujer que...

- Se acomoda a cambios de planes, roles o contextos.
- Aprende nuevas herramientas o modos de trabajar sin resistirse.
- Encuentra oportunidades incluso cuando algo no sale como esperaba.
- Cambia de enfoque rápidamente cuando surge un imprevisto sin perder la calma.
- Se siente cómoda trabajando en distintos equipos o con personas diversas.
- Aprende de sus errores y usa esa experiencia para mejorar la próxima vez.

Así resaltás que la adaptabilidad es una habilidad activa y consciente, clave en la reinversión laboral.

### Habilidad: Flexibilidad y adaptabilidad al cambio

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

.....

.....

.....

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

.....

.....

.....

### Si sos una mujer que...

- Mira el panorama general antes de tomar decisiones.
- Piensa a mediano y largo plazo, no solo en lo inmediato.
- Sabe armar planes con pasos claros y objetivos alcanzables.
- Anticipa posibles obstáculos y prepara soluciones antes de que aparezcan.
- Identifica las prioridades que tendrán mayor impacto para alcanzar sus objetivos.
- Integra recursos y talentos de distintos equipos para lograr metas comunes.

Así mostrás que pensar estratégicamente es **planear con visión y acción concreta**, no solo soñar.

#### Habilidad: Visión estratégica y planificación a futuro

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

---

---

---

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

---

---

---

### Si sos una mujer que...

- Presta atención genuina a lo que otros dicen, más allá de las palabras.
- Capta emociones o necesidades que no siempre se expresan de forma directa.
- Es buscada por otras personas para compartir problemas o inquietudes.
- Hace preguntas que invitan a profundizar y aclarar lo que otros sienten o piensan.
- Sabe guardar silencio para dejar espacio y que la otra persona se exprese con libertad.
- Recuerda detalles importantes de conversaciones pasadas para mostrar interés genuino.

Así resaltás que la escucha activa es mucho más que oír: **es conectar, comprender y acompañar de verdad.**

#### Habilidad: Escucha activa y comunicación empática.

*¿Qué ejemplo tuyo sumarías acá?*

.....

.....

.....

*¿Cómo esta habilidad podría abrirte puertas en otro rol o sector?*

.....

.....

.....

“Detrás de cada acción cotidiana hay una habilidad profesional. Reconocerla es tu primer paso para contarla al mundo y abrir nuevas oportunidades.”

# VIVÍ MI PROPIO PROCESO

---

Soy **Angelina Ferreri**, mentora y coach en reorientación laboral. Acompaño a mujeres +40 a encontrar nuevas posibilidades para rediseñar su vida profesional sin tener que soltar todo de golpe.

Tu historia merece un nuevo capítulo y verás que no empieza de cero.



[Estoy lista para conversar](#)

[contacto@angelinaferreri.com](mailto:contacto@angelinaferreri.com)

 [\*@angelinaferreri\*](#)