



CONSEJOS PARA MEJORAR TUS COMPETENCIAS DIGITALES

1 EVALÚA TU SITUACIÓN ACTUAL

Revisa el nivel de tus competencias digitales a través de herramientas que te permitan una valoración objetiva, como por ejemplo [Europass Unión Europea](#) ([pincha aquí](#)).

En caso de que tus competencias digitales sean más avanzadas, puedes localizar otras herramientas, como por ejemplo el test facilitado por [FUNDAE](#). ([pincha aquí](#)).



2 DEFINE TUS METAS

Ten en cuenta tus intereses para definir tus metas. Los intereses pueden variar, por ejemplo, en función de si tu objetivo es conseguir un empleo o desarrollar tus aficiones.

Las metas deben ser realistas y alcanzables para que no produzcan frustración, por lo que es muy importante tener en cuenta el tiempo que le podemos dedicar y no partir de un nivel avanzado que suponga el conocimiento de habilidades con las que no contamos.

ELIGE EL MÉTODO DE FORMACIÓN 3



En la actualidad existen multitud de recursos para la mejora de las competencias digitales. En función de las metas que hayas definido, puedes realizar una búsqueda de los recursos a tu alcance y cuáles se ajustan mejor a tus necesidades: tiempo, coste económico, competencias a adquirir, etc.

Es conveniente que revises siempre la institución y organización que imparte la formación para comprobar su veracidad.



CONSEJOS PARA MEJORAR TUS COMPETENCIAS DIGITALES

Puedes apoyarte en organizaciones como **FUNDACIÓN MUJERES** que ponen a tu disposición formación gratuita y, además, puede orientarte sobre formaciones de otras entidades.



Digitalízate ([pincha aquí](#)), es un ejemplo de recurso online gratuito facilitado por el Ministerio de Trabajo y Economía social.



Igualmente, Digitalízate + ([pincha aquí](#)) facilita recursos de formación orientada al desarrollo profesional y personal de personas trabajadoras y pymes.



4 EVALÚA TU PROGRESO



Sé constante en tu empeño. Pon a prueba las habilidades que vas aprendiendo y presta atención también a las valoraciones que te proporcionen las entidades formativas.

Es posible que algunas tareas te supongan más dificultad que otras pero **no te desanimes, si te esfuerzas lo conseguirás.**

APLICA LOS CONOCIMIENTOS ADQUIRIDOS

5



El aprendizaje se completa con la aplicación práctica de las habilidades aprendidas.

No dejes la formación en el olvido, **trata de aplicarla con asiduidad siempre que te sea posible**, ya sea para la realización de tareas o para tu ocio personal.