

EL CURRÍCULUM OCULT

Treu-lo a la llum i aplica'l al mercat laboral

Al llarg de la teva vida has anat acumulant experiències i aprenentatges molts dels quals val la pena destacar-los o fins i tot incorporar-los al teu currículum.

Complementa el teu perfil!

Allò que has après i viscut diu molt de qui ets com a professional



IDENTIFICA LES TEVES EXPERIÈNCIES I APRENTATGES OCULTS

Troba una estona per identificar-los, alguns d'ells et podran ajudar en els processos de selecció. Especialment aquells que puguis relacionar amb el teu objectiu professional.



Per on pots començar a trobar-los?

Les activitats que fas

Més enllà de la feina, què fas al llarg del dia? Com ho fas? Què t'aporta?

Porto tota la comptabilitat de casa meua i també la dels meus pares. He evolucionat molt, sóc tota una experta



A casa m'encarrego de cuinar i li dedico temps i cura a fer-ho tan bé com puc. Sóc cada cop més creatiu



Tinc un perfil a Instagram que va força bé. Em segueixen 23.000 persones, gaudeixo compartint imatges i vídeos



Els teus interessos

Allò que t'agrada i saps trobar moments per aprendre i gaudir-ne.

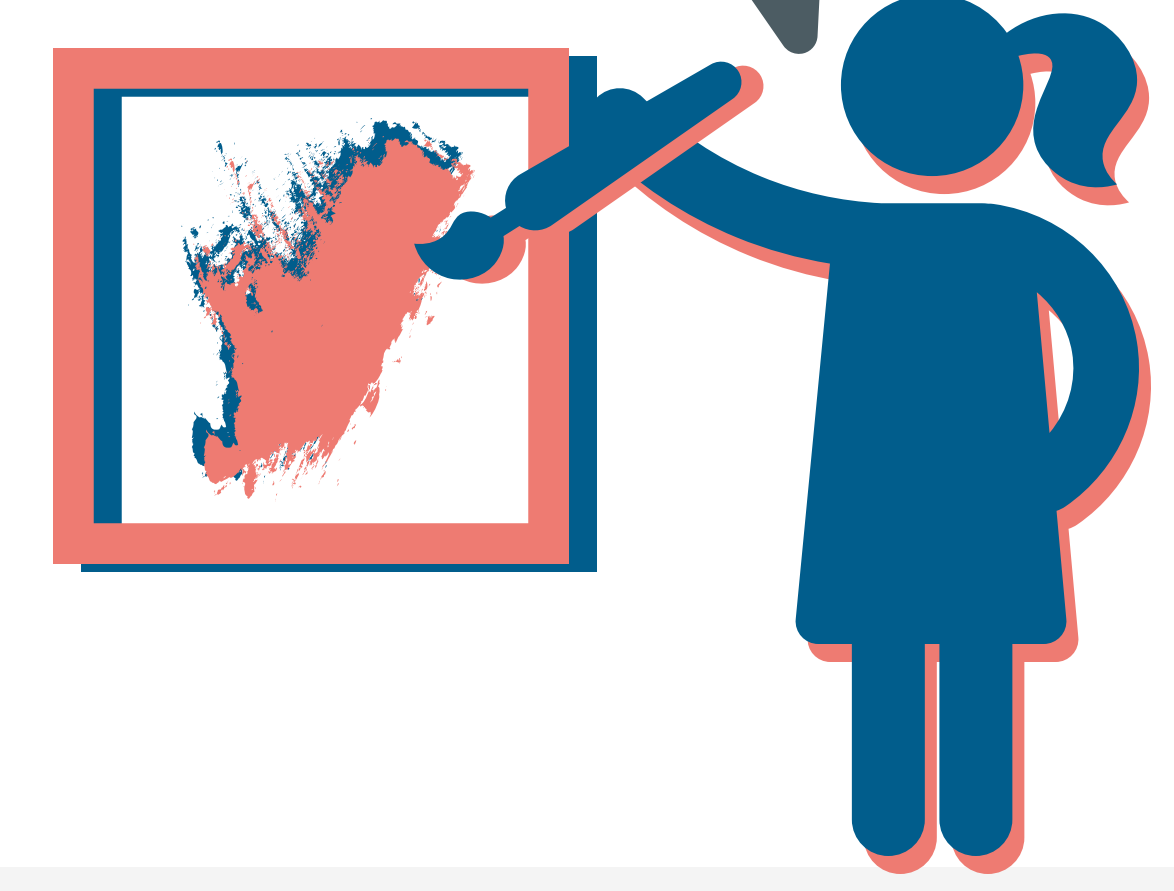
Col·lecciono màquines calculadores mecàniques. Sé buscar-les, negociar i, quan les tinc, les restauro jo mateix



En qualsevol moment em pots trobar llegint sobre nutrició saludable. En especial de les novetats que venen dels Estats Units



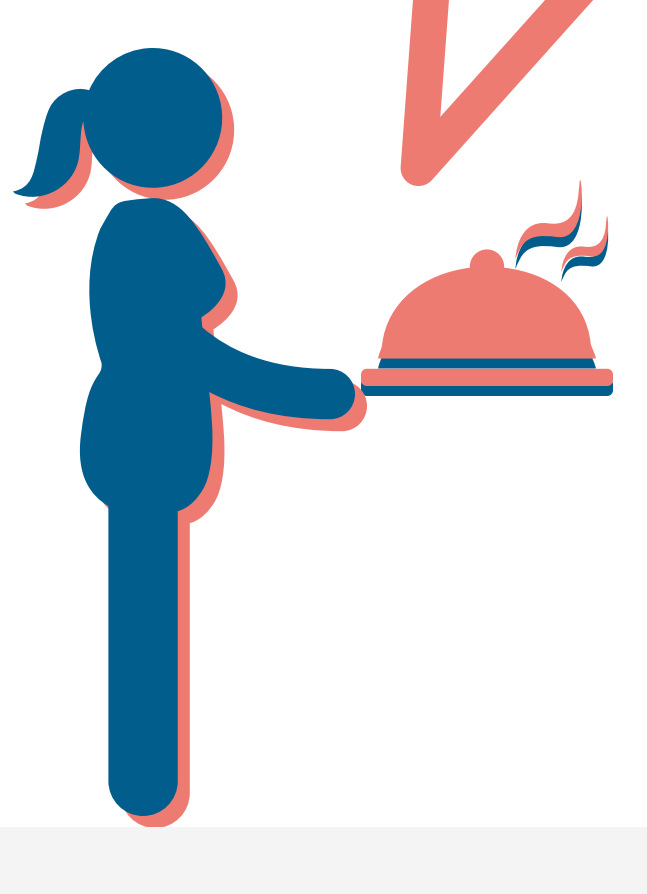
Sempre que puc vaig a camps de treball aprofitant les vacances. Sobretot, als de restauració del patrimoni històric



El teu entorn immediat

Les persones que t'envolten i les seves circumstàncies poden contribuir en aquest aprenentatge.

La meua família ha tingut un negoci de restauració. Hi he hagut de donar més d'un cop de mà



El meu germà pateix una diversitat funcional. Molt sovint l'ajudo en el seu dia a dia



Les veus expertes recomanen:

- ✓ Conèixer el teu currículum ocult, ja que et pot distingir d'altres persones candidates al lloc. Dedica-hi un temps a descobrir-lo.
- ✓ Incorporar-lo al teu CV si està relacionat amb el teu objectiu professional. Potser a l'apartat d'experiència (més rellevant) o al d'altres activitats o aficions (més informal).
- ✓ Aprofitar-lo per identificar les teves competències més transversals, que et defineixen també com a persona: creativitat, iniciativa, flexibilitat...

T'AGRADARIA APROFUNDIR-HI MÉS?



- El CV per competències +
- Models de currículum +
- Si no trobes sortides, reinventa't! (vídeo) +

