

Exercici

IDENTIFICACIÓ DE COMPETÈNCIES I MOTIVACIONS VERS EL TREBALL

L'exploració biogràfica: mirant enrere

L'exploració biogràfica consisteix en analitzar la nostra història personal i professional per a **conèixer millor el nostre perfil de competències i motivacions vers el treball**. És una tècnica basada en les entrevistes d'incidents crítics que utilitzen els/les professionals de recursos humans per avaluar competències.

- ✓ Aquest exercici a més de permetre't aprofundir en el teu autoconeixement¹, et serà útil per elaborar un currículum per competències i/o per preparar una entrevista per competències.

Realització de l'exercici

A continuació trobaràs els passos de l'exercici i l'exemple d'un cas:

1. Pensa entre cinc i deu situacions on hagis fet alguna cosa de la que et sentis orgullós/a i amb la que hagis gaudit especialment. És preferible que siguin situacions professionals però també poden ser personals.
2. Respon a les següents preguntes per a cadascuna de les situacions:
 - Què vaig fer?
 - Com ho vaig fer?
 - Per què ho vaig fer?
 - On ho vaig fer?
 - Amb qui ho vaig fer?
 - Quines van ser les conseqüències per mi i per l'organització?
3. Destaca els verbs d'acció en les teves respostes.
4. Agrupa els verbs que has assenyalat segons la seva relació.
5. Associa una **competència clau** a cada grup de verbs. Si no estàs familiaritzat/da amb les competències consulta el diccionari de competències clau de Porta22².
6. Una vegada identificades les competències clau, pots extreure les teves motivacions envers

¹ Per ampliar informació consulta la càpsula de coneixement "Balanz professional I: Autoconeixement". Veure ruta al final del document (webgrafia de Capital humà).

² Per ampliar informació consulta les càpsules de currículum i entrevista. Veure les rutes al final del document (webgrafia de Capital humà).

³ Veure la ruta al final del document (webgrafia de Capital humà).

el treball. Reflexiona sobre la resposta que has donat a la pregunta *Perquè ho vaig fer?* La resposta d'aquesta pregunta per a cada situació et donarà informació respecte a les teves **motivacions vers el treball i valors intrínsecs**.

7. Conclusió: pregunta't si els punts forts i les motivacions vers el treball que has descobert de tu encaixen amb l'ocupació del teu interès, i com podries mostrar aquesta correspondència o millorar-la.

Exemple d'exploració biogràfica

Definició de la situació: Treballava per a una consultora de recursos humans amb manca de comunicació entre l'equip tècnic i comercial. Per millorar els sistemes de treball vaig crear una eina per permetre creuar els perfils dels candidats amb les ofertes de feina vigents. Vaig implementar un procediment per a que tots els tècnics i comercials registressin les altes i seguiments de candidats i introduïssin els seus comentaris del processos de selecció i empreses clients, després d'una entrevista o visita comercial. A més aquesta base de dades permetia extreure informes i portar un control de la facturació de l'empresa.

Resposta a les preguntes i identificació dels verbs d'acció

- **Què vaig fer?**

Crear una base de dades que agrupava dades de candidats, activitat comercial i facturació.

- **Com ho vaig fer?**

Parlar amb el meu cap, amb l'equip i analitzar quin tipus d'informació necessitava ser enregistrada i compartida dins de l'empresa. Formar-me en el programa "Access" per a la creació de la base de dades i formar al meu cap i els meus companys per a la seva utilització.

- **Per què ho vaig fer?**

En relació amb l'organització, vaig adonar-me que moltes vegades la informació no fluïa entre l'equip tècnic i el comercial, i que el control dels pagaments i la facturació es feia d'una manera poc sistematitzada. Els motius personals van ser, que acabava d'entrar a l'empresa i volia demostrar la meua vàlua, també per demostrar-me a mi mateixa que era capaç de fer aportacions més enllà del meu àmbit professional.

- **On ho vaig fer?**

En una consultora de recursos humans i orientació professional.

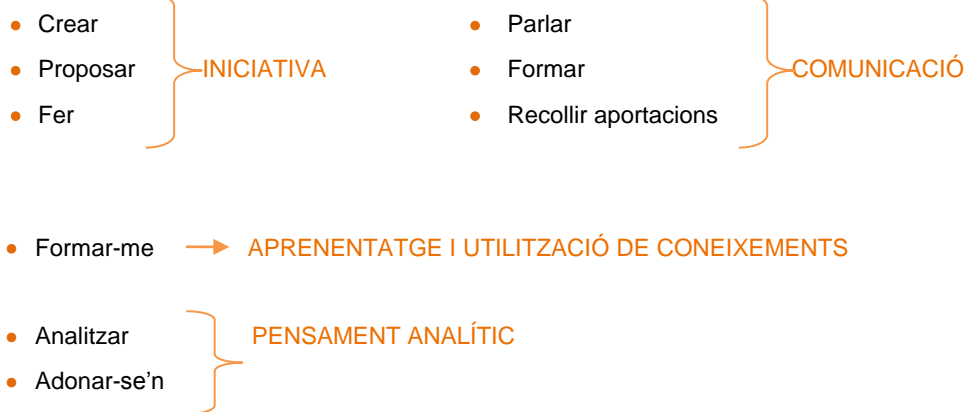
- **Amb qui ho vaig fer?**

Vaig proposar i fer sola la base de dades, després vaig recollir les aportacions dels companys per a la seva millora.

- **Quines van ser les conseqüències per mi i per l'organització?**

Per a l'organització: Millora en l'eficàcia de la selecció, reducció del temps de pagament de les factures, millora de la comunicació de l'activitat comercial. Per a mi: una millora en l'eficàcia de la meua feina diària, aprenentatge de l'ús d'una nova eina.

Agrupació dels verbs d'acció i identificació de competències clau



Detecció de les motivacions vers el treball

La resposta “*els motius personals van ser, que acabava d'entrar a l'empresa i volia demostrar la meua vàlua, també per demostrar-me a mi mateixa que era capaç de fer aportacions més enllà del meu àmbit professional*” demostra motivacions vers el treball com l'autorealització i el reconeixement.

Reflexió final

Les competències clau i motivacions vers el treball que he identificat que tinc es corresponen amb el perfil de consultor/a de recursos humans. En conclusió, el meu perfil està alineat amb el d'aquest objectiu professional en aquests aspectes. Per ampliar les meves oportunitats d'èxit donaré rellevància a aquests punts forts en les meves estratègies de màrqueting personal (p. ex: currículum i carta de presentació).

Bibliografia

Reflexiones en torno al balance de competencias: Concepto y herramientas para la construcción del proyecto profesional. Figuera Gazo, Pilar; Rodríguez Moreno, María Luisa. Ed. Universitat de Barcelona.

Orientación e inserción profesional: competencias y entrenamiento para su práctica. Blasco Clavo, Pilar; Pérez Boullosa, Alfredo. Editorial Grafisom (2001).

Les compétences professionnelles: descriptif, mesure et développement. Gangloff, Bernard. Ed. L'Harmattan (2000).

Desarrollo de valores en el trabajo. Tierno Jiménez, Bernabé; Tierno Centella, Jesús. La Esfera de los Libros (2002)

Webgrafia

Las 40 preguntas más frecuentes sobre competencia laboral

<http://www.ilo.org/public/spanish/region/ampro/cinterfor/temas/complab/xxxx/esp/index.htm>

La Definición del Proyecto Profesional

<http://campus.monster.es/articulos/proyecto/>

Autoconocimiento. Monografía para la búsqueda de trabajo

http://www.juntadeandalucia.es/educacion/portal/com/bin/Contenidos/PSE/orientacionyatenciondiversidad/orientacion/Publicaciones/1164098580331_autoempleo.pdf

Programa d'Orientació: Eines de reflexió per a una bona presa de decisions

<http://www.terra.es/personal2/arc46b/guiaperfilpersonal.htm>

Cuestionario de autoevaluación: Valores de trabajo

<http://www.fastennetwork.org/Uploads/B9573552-2A8E-411B-9D2F-96EA63D25A96.pdf>

Webgrafia de Capital humà

Et proposem unes rutes a seguir dins del web de Capital humà que et serviran per ampliar informació sobre el teu autoconeixement:

[Persona > Competències clau](#)

[Persona > Definició de l'objectiu professional > Motivacions vers el treball](#)

[Eines > CV i carta](#)

Utilitza el **CERCADOR** del web de Capital humà per obtenir una selecció molt completa de recursos: llibres, articles i enllaços d'interès. És molt senzill: només cal que obris el menú CERCAR i escriguis una paraula clau.

Cofinançat per:

