

ProVP

Projecte de
Vida Professional

Els grans Assoliments neixen de grans esforços!

Quadern Alumnat

Versió avançada - Presencial

Orientació acadèmica
i professional

Recerca de feina

Competències clau

Esperit emprenedor

El **Projecte de Vida Professional** és el programa que us ajudarà a conèixer les vostres motivacions professionals i quina és la formació més adequada als vostres interessos i competències.

El Convent de Barcelona Activa té com a objectiu oferir suport i recursos sobre:

- L'orientació acadèmica i professional
- La recerca de feina
- La millora i el desenvolupament de competències per al treball
- Sales de treball, equips informàtics i espais per a compartir experiències.

📍 Plaça Pons i Clerch, 2, 1er pis, 08003 Barcelona

🕒 De dilluns a dijous de 8.30 a 18.30h i divendres de 8.30 a 15.00h

☎ 93 268 43 93 / 603 805 131

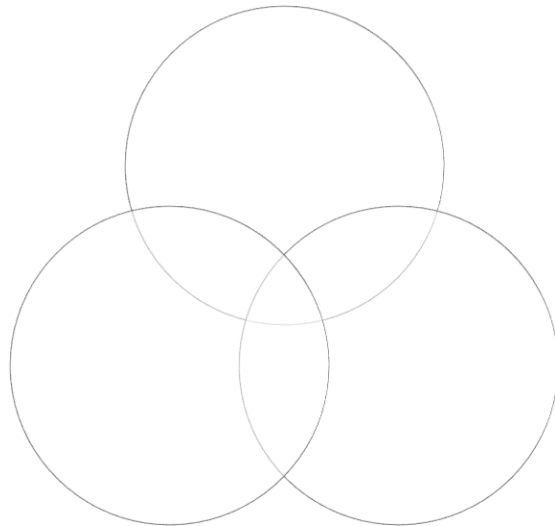
✉ convent@barcelonactiva.cat

1. LES COMPETÈNCIES PROFESSIONALS

A) Què són les competències professionals?

Coneixements, habilitats i actituds que, de manera integrada, capaciten a una persona per al correcte desenvolupament en un lloc de treball.

B) Quins tipus de competències hi ha?



C) Quins tipus de competència consideres més important per al desenvolupament excel·lent d'una ocupació? Per què?



2. DICCIONARI DE COMPETÈNCIES CLAU

En aquesta aplicació multimèdia de Barcelona Activa podreu trobar les definicions i vídeos il·lustratius dels comportaments associats a les competències clau. Fixeu-vos que aquestes tenen 4 graus d'assoliment.

RUTA: BARCELONA TREBALL - Persona > Competències clau > Diccionari de Competències Clau

a) Busqueu en el diccionari interactiu la competència que us ha estat assignada i visualitzeu els vídeos. Anoteu en el requadre següent, els comportaments més rellevants en el grau d'assoliment número 3.

1. Competència:
Definició de la competència:
Comportaments rellevants:
Creus que tens desenvolupada aquesta competència en el nivell 3?



3. ROLE-PLAY SITUACIÓ LABORAL

Sou un equip de treball format per 4 membres i avui teniu una activitat molt important: l'Ajuntament de la ciutat ha convocat a les millors empreses de la zona per tal d'escollir la guanyadora d'un projecte per a realitzar una torre de comunicacions que estarà en un lloc privilegiat del municipi. El vostre equip participarà en la convocatòria i haurà de realitzar la torre més alta en un període de 15 minuts, fent ús només del material que us sigui lliurat. Les premisses per a que la vostra torre sigui valorada son:

- La torre s'ha de sostenir per ella sola (ningú la pot tocar)
- No podeu fer servir cap altre material que no sigui el lliurat
- Guanyarà la torre més alta
- En cas d'empat en l'alçada, guanyarà la que hagi estat construïda més ràpidament.

Cada membre del grup tindrà assignada una de les competències i les actituds que hi estan associades..

INICIATIVA	COMPORAMENTOS	OBS.
1	Crea oportunitats o minimitza problemes potencials mitjançant un esforç extra en un termini curt o mitjà.	
2	Actua proactivament, anticipant obstacles i oportunitats.	
3	Aporta idees i realitza propostes innovadores que poden generar oportunitats de negoci.	
4	Preveu oportunitats de millora no evidents i realitza accions per aprofitar-les a mitjà i llarg termini.	

ORIENTACIÓ	COMPORAMENTOS	OBS.
A L'ASSOLIMENT		
1	Es fixa objectius ambiciosos, és a dir, difícils però no impossibles.	

2	Fa canvis específics en el sistema o en els seus propis mètodes de treball per aconseguir millores en el rendiment.	
3	S'esforça per assolir els objectius, superant el que s'espera d'ella.	
4	Busca l'excel·lència i la millora contínua a la gestió.	
5	Realitza comparacions del seu rendiment actual amb altres passats	

PLANIFICACIÓ I ORGANITZACIÓ	COMPORTEMENTS	OBS.
1	Programa i coordina les tasques a realitzar, assignant feines i establint temps, a efectes d'optimitzar el rendiment i donar la millor resposta possible als requeriments de la situació.	
2	Clarifica els rols, objectius i responsabilitats amb els seus companys/es, col·laboradors/es i superiors/es per garantir l'acompliment de la planificació	
3	Preveu les necessitats dels recursos humans i materials necessaris per complir els objectius	
4	Defineix plans d'acció en base a uns objectius, amb una adequada coordinació, control i seguiment de les accions a realitzar a mitjà i llarg termini, tenint en compte les possibles desviacions i com ajustar-les	

ORIENTACIÓ ESTRATÈGICA	COMPORTEMENTS	OBS.
1	Desenvolupa objectius, estratègies i metes a curt i mig termini, en funció de les prioritats organitzatives.	
2	Orienta les activitats del dia a dia cap al llarg termini, identifica assumptes importants en el llarg termini, detecta problemes i oportunitats.	
3	Desenvolupa i estableix objectius, metes o projectes a llarg termini i a gran escala, va més enllà del dia a dia i mira cap al futur.	
4	Té en compte els referents del mercat per planificar la seva funció, orientant la seva activitat cap al mercat.	



4. LES MEVES COMPETÈNCIES CLAU.

Després d'haver vist que les competències clau requereixen d'uns comportaments que han de ser visibles en el lloc de treball i sobretot en els moments de conflicte o crisis, quina competència clau de les que hem treballat tens clarament adquirida? Quina hauries de millorar?

Si voleu consultar més informació relacionada

Barcelona Activa >

RUTA ENLLAÇOS WEB:

RUTA 1: Persona > Competències clau > Diccionari de Competències Clau

Altres enllaços web:

ENLLAÇ: bcn.cat/treball

ENLLAÇ: https://treball.barcelonactiva.cat/porta22/images/cat/209_competencies_clau

ENLLAÇ:

https://treball.barcelonactiva.cat/porta22/images/cat/202_CV_Competicions