

ProVP

Projecte de
Vida Professional

Arriba lluny, aprèn a treballar en equip!

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

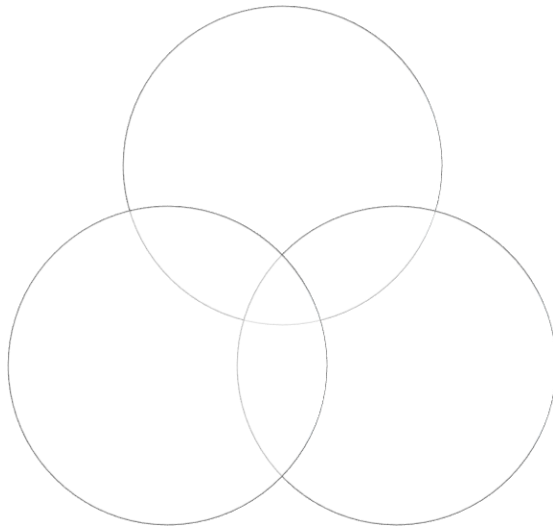
 convent@barcelonactiva.cat

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 persones i ara teniu convocada una reunió amb una empresa que us interessa que acabi esdevenint clienta vostra, doncs us faria augmentar la facturació de manera important. El vostre objectiu és que la persona que representa l'empresa client quedi tant satisfeta amb la vostra feina, que decideixi avui mateix treballar amb vosaltres.

<u>LIDERATGE</u>	COMPORAMENTENTS	OBS.
1	Delega responsabilitats transmetent confiança, formant i donant suport i supervisió en tot moment.	
2	Dóna feedback positiu de millora a cada membre de l'equip per desenvolupar i motivar.	
3	Desenvolupa a cada membre de l'equip segons les seves característiques i interessos.	
4	Estableix plans d'acció i ofereix suggeriments específics de millora	

<u>T.EQUIP I COOPERACIÓ</u>	COMPORAMENTENTS	OBS.
1	Fomenta i promou la col·laboració.	
2	Anima i motiva les altres persones, fent-los sentir forts i importants.	
3	Fomenta la participació i aportació d'idees de tots els membres de l'equip.	
4	Reconeix públicament els mèrits dels membres del grup que han treballat bé	

COMUNICACIÓ	COMPORTEMENTS	OBS.
1	Utilitza diferents canals i formes de comunicació adaptant el missatge i el medi en funció de l'interlocutor/a.	
2	Sap fer-se entendre i crea les xarxes de relació necessàries per obtenir la informació que és rellevant.	
3	Adapta el seu discurs per atraure l'interès de les altres persones.	
4	S'anticipa i es prepara per les reaccions de les altres persones	

EMPATIA	COMPORTEMENTS	OBS.
1	Entén el sentit o el perquè les altres persones actuen en aquell moment d'una manera determinada, tot i que aquestes no ho expliquin o ho facin d'una forma incompleta o imprecisa	
2	Aconsegueix que les altres persones segueixin les seves recomanacions, utilitzant la seva comprensió dels seus sentiments	
3	Identifica les característiques generals (positives i també negatives) de les altres persones	
4	Es posa en el lloc dels seus interlocutors/es i entén les coses des de la perspectiva dels altres	



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 crisi, 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