

J018 – Descubreix les teves competències

Impento, SL

Objectius

J018 – Descobreix les teves competències

De manera general sabem definir les nostres habilitats i aptituds, tot i que és possible que no sapiguem donar exemples concrets. I quant a les nostres àrees de millora, és possible que a l'hora d'explicar-les les formulem en clau negativa.

També és habitual no tenir clarament identificades quines competències es cerquen per a les ocupacions que més ens interessin.

En aquesta activitat farem **el test de competències clau de Barcelona Activa** i valorarem els resultats obtinguts. Identificarem quines són les competències més rellevants de les ocupacions que ens semblin més atractives, detectarem si ens cal millorar alguna, i coneixerem com aprofitar-les per a la nostra recerca de feina.

En què consisteix

Activitat adreçada a joves en recerca activa de feina, que volen explorar en quines competències destaquen més i com posar-les en valor.

Temari

J018 – Descobreix les teves competències

Objectius concrets de la sessió:

1. Concepte, utilitat i importància de les competències personals
2. Test de competències clau. Claus per a una bona interpretació dels resultats.
3. Com visibilitzar les competències en el CV.
4. Com argumentar les competències en l'entrevista de feina.

Què aconseguiràs amb aquesta activitat?

- Conèixer la importància que actualment tenen les competències en un procés de recerca de feina.
- Realitzar una autoavaluació i esbrinar les nostres fortaleses i àrees a millorar.
- Identificar les competències més rellevants per a les ocupacions que més ens interessin.



No t'oblidis de...

Tenir a mà la teva contrasenya al web de Barcelona Activa, perquè la necessitaràs a la sessió.





J018 – Descubreix les teves competències

Notes





Pàgina de notes

A large empty rectangular box intended for taking notes.



Barcel
Activa



Ajuntament de
Barcelona



Barcelona
Activa

barcelonactiva.cat