

J018 – Descubre tus competencias

Impento, SL

Objetivos

J018 – Descubre tus competencias

De modo general sabemos definir nuestras habilidades y aptitudes, aunque es posible que no sepamos dar ejemplos concretos. Y en cuanto a nuestras áreas de mejora, es posible que a la hora de explicarlas las formulemos en clave negativa.

También es habitual no tener claramente identificadas qué competencias se buscan para las ocupaciones que más nos interesen.

En esta actividad realizaremos **el test de competencias clave de Barcelona Activa** y valoraremos los resultados obtenidos. Identificaremos cuáles son las competencias más relevantes de las ocupaciones que nos parezcan más atractivas, detectaremos si necesitamos mejorar alguna, y conoceremos cómo aprovecharlas para nuestra búsqueda de empleo.

En qué consiste

Actividad dirigida a jóvenes en búsqueda activa de trabajo, que quieren explorar en qué competencias destacan más y cómo ponerlas en valor.

Temario

J018 – Descubre tus competencias

Objetivos concretos de la sesión:

1. Concepto, utilidad e importancia de las competencias personales
2. Test de competencias clave. Claves para una buena interpretación de resultados.
3. Cómo visibilizar las competencias en el CV.
4. Cómo argumentar las competencias en la entrevista de trabajo.

¿Qué conseguirás con esta actividad?

- Conocer la importancia que actualmente tienen las competencias en un proceso de búsqueda de empleo.
- Realizar una autoevaluación y averiguar nuestras fortalezas y áreas a mejorar.
- Identificar las competencias más relevantes para las ocupaciones que más nos interesen.



No te olvides de...

Tener a mano tu contraseña en la web de Barcelona Activa, porque la necesitarás en la sesión.





J018 – Descubre tus competencias

Notas





Página de notas



Barcel
Activa



**Ajuntament de
Barcelona**



**Barcelona
Activa**

barcelonactiva.cat