



LES MEVES METES PROFESSIONALS (PART 1/2)

Descripció

L'alumnat ha de concretar els seus objectius/metes professionals a partir de tot el treball previ que s'ha dut a terme, tant a nivell extern (mercat laboral) com intern (autoconeixement i desenvolupament competencial). Caldrà, doncs, analitzar els propis objectius mitjançant una matriu DAFO com a eina diagnòstica de fortaleces i debilitats internes (pròpies) i amenaces i oportunitats (externes) amb la finalitat de que l'alumnat ho incorpori al seu portafolis personal.

ACTIVITAT 1 - DAFO

Una vegada està completada, caldrà analitzar a nivell intern les fortaleces i debilitats (o limitacions, i a nivell extern les oportunitats i les amenaces. Per a fer-ho, l'alumnat ha d'elaborar una matriu DAFO per dur a terme la consecució de cada objectiu. Si l'objectiu no és assolible, s'ha de seleccionar un objectiu diferent i s'ha de repetir el procés.

Per exemple:

Nivell Intern	Debilitats Per exemple: ● Falta d'experiència ● Falta de motivació ● Soc impuntual ● Domini de llengües estrangeres ● Domini d'eines informàtiques especialitzades	Fortaleces Per exemple: ● Capacitat d'aprenentatge ● Soc una persona resolutiva ● Flexibilitat i adaptació al canvi ● Alta tolerància a l'estrès
Nivell extern	Amenaces Per exemple: ● Un sector en decreixement ● Falta d'empreses al sector ● Poques ofertes laborals ● Demanda d'una alta qualificació tècnica	Oportunitats Per exemple: ● Un sector en creixement ● Moltes empreses que cerquen personal ● Demanda d'una alta qualificació tècnica





PROJECTES DE RUPTURA I CONTINUISTES (PART 2/2)

Descripció

L'alumnat, que compta amb trajectòria professional i experiència, pot buscar una reorientació. Si es dona la situació, caldrà avaluar si el seu projecte professional és de ruptura, continuista o de canvi.

D'aquesta manera, es fomenta una reflexió sobre el tipus de projecte professional a desenvolupar i els requeriments que comportarà i, per tant, un compromís personal que l'alumne/a haurà d'assumir si vol encaminar-se cap a determinades opcions. Aquesta reflexió s'haurà d'incorporar al seu portafolis personal.

Metodologia i indicacions per a la seva aplicació

Aquesta activitat reflexiva a títol individual servirà per analitzar què requerirà el nostre projecte professional, segons sigui:

1. **Un projecte continuista:** un projecte que contempla diferents objectius professionals però que manté el sector professional i/o el perfil professional. **Exemple:** una alumna que es planteja un projecte professional centrat en continuar amb la situació que ja té ara, com mantenir el lloc de feina actual.
2. **Un projecte de canvi:** un projecte que contempla mantenir una certa continuïtat de sector, professió, etc., però que suposa algun tipus de canvi. **Exemple:** una alumna que es planteja un projecte professional centrat en el canvi d'empresa o el canvi de lloc de feina per un càrrec superior o inferior.
3. **Un projecte de ruptura:** un projecte que contempla un canvi radical, una ruptura amb la situació actual, un canvi de sector, emprendre, etc. **Exemple:** una alumna que es planteja un projecte professional amb unes metes que trenquen amb tot el que ha fet fins ara.

El resultat d'aquesta activitat serà una reflexió sobre el tipus de projecte professional a desenvolupar i els requeriments que això comportarà i, per tant, un compromís personal que l'alumne/a haurà d'assumir si vol encaminar-se cap a determinades opcions. Aquesta





Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
i Formació Professional



reflexió s'haurà d'incorporar al seu portafolis personal.





ACTIVITAT 1 - GRAELLES DE PROJECTES

Per fer aquesta activitat, s'oferirà a l'alumnat una graella en la que haurà de determinar els aspectes següents:

- **Lloc/Sector:** Definir quina és la posició professional i el sector desitjat
- **Coneixements tècnics (1-5):** Quins coneixements i competències tècniques requereix el lloc i una valoració de l'1 al 5 del grau d'assoliment d'aquests coneixements respecte al propi perfil professional.
- **Perfil que es demanda (1-5):** Perfil que es demanda i valorar de l'1 al 5 el seu grau d'assoliment respecte al propi perfil professional.
- **Fortaleses personals:** Detallar les fortaleses pròpies que afavoriran l'assoliment del projecte i que, per tant, hi repercuteixen favorablement.
- **Debilitats personals:** Detallar aquelles mancances i aspectes per reforçar pendents que poden dificultar l'assoliment del projecte i, per tant, hi repercuteixen negativament.
- **Situació del mercat (oportunitats):** Detall de la situació del mercat en el lloc concret plantejat i quines oportunitats ofereix que podem i hem d'aprofitar.
- **Situació del mercat (amenaces):** Detall de la situació del mercat en el lloc concret plantejat i quines amenaces presents, en les que no tenim cap incidència, poden condicionar-ne l'assoliment i, per tant, hem de poder esquivar, evitar o eliminar de la nostra proposta.
- **Motivació (1-5):** Valorar de l'1 al 5 el nivell de motivació que tenim per assolir-ho.



ACREDITAT PER ENAC



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
i Formació Professional

institut
laromànica
BARBERÀ DEL VALLÈS

Unió Europea
Fons Social Europeu



Projectes de canvi



Lloc/sector	Coneixements tècnics (1-5)	Perfil que es demanda (1-5)	Fortaleses personals	Debilitats personals	Situació del mercat: oportunitats	Situació del mercant: amenaces	Motivació (1-5)

Centre
ACREDITAT PER ENAC



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
i Formació Professional

institut
laromànica
BARBERÀ DEL VALLÈS

Unió Europea
Fons Social Europeu



Projectes de ruptura

Lloc/sector	Coneixements tècnics (1-5)	Perfil que es demanda (1-5)	Fortaleses personals	Debilitats personals	Situació del mercat: oportunitats	Situació del mercado: amenaces	Motivació (1-5)

technological
Center
ACREDITAT PER ENAC



Projectes continuistes

Lloc/sector	Coneixements tècnics (1-5)	Perfil que es demanda (1-5)	Fortaleses personals	Debilitats personals	Situació del mercat: oportunitats	Situació del mercant: amenaces	Motivació (1-5)