



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 fortaleses i debilitats internes (pròpies) i amenaces i oportunitats (externes) amb la finalitat de que l'alumnat ho incorpori al seu portafolis personal.

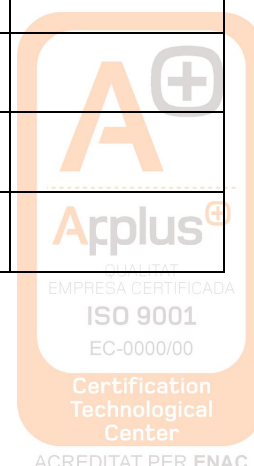
ACTIVITAT 1 - TAULA OBJECTIUS

Per dur a terme l'activitat, l'alumnat ha d'elaborar una taula amb tots els objectius i respondre a cadascun d'ells "Què faré?", "Per què?", "Què tinc per assolir-ho?" i "Què necessito per assolir-ho?". D'aquesta manera, s'acabaria responnent de manera molt detallada a la pregunta general: «Si ens permetem somiar, què m'agradaria assolir personalment i professionalment en el futur?».

Es recomana indicar 1 o 2 objectius generals, dels quals han de penjar 1 o 2 objectius específics. En relació als objectius específics, aquests s'han de redactar en format SMART: Específics, Mesurables, Assolibles, Rellevants i Limitats en el temps.

Per exemple:

Objectiu	Què faré?	Per què?	Que tinc per assolir-ho?	Que necessito per assolir-ho?
Meta/objectiu general 1				
Meta/objectiu específic 1				
Meta/objectiu específic 2				
Meta/objectiu general 1				
Meta/objectiu específic 1				
Meta/objectiu específic 2				





Objectiu	Específic (S)	Mesurable (M)	Assolible (A)	Rellevants (R)	Limitat en el temps (T)
Meta/objectiu general 1					
Meta/objectiu específic 1					
Meta/objectiu específic 2					
Meta/objectiu general 1					
Meta/objectiu específic 1					
Meta/objectiu específic 2					





ACTIVITAT 2 - DAFO

Una vegada està completada, caldrà analitzar a nivell intern les fortaleeses 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:

<p>Nivell Intern</p>	<p>Debilitats</p> <p>Per exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Falta d'experiència ● Falta de motivació ● Soc impuntual ● Domini de llengües estrangeres ● Domini d'eines informàtiques especialitzades 	<p>Fortaleeses</p> <p>Per exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Capacitat d'aprenentatge ● Soc una persona resolutiva ● Flexibilitat i adaptació al canvi ● Alta tolerància a l'estrès
<p>Nivell extern</p>	<p>Amenaces</p> <p>Per exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Un sector en decreixement ● Falta d'empreses al sector ● Poques ofertes laborals ● Demanda d'una alta qualificació tècnica 	<p>Oportunitats</p> <p>Per exemple:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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 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.





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 mercat: amenaces	Motivació (1-5)



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 mercat: amenaces	Motivació (1-5)

tecnològic
 Center
 ACREDITAT PER ENAC



Projectes continuistes

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