

# DEFINIENDO NUESTRO PROYECTO PROFESIONAL

<b>DEFINIENDO NUESTRO PROYECTO PROFESIONAL</b>	<b>1</b>
PRELIMINAR	1
ANÁLISIS DE COMPETENCIAS: Qué son las competencias y para qué las necesito cuando busco trabajo?	2
MERCADO LABORAL: Sectores económicos y ocupaciones	2
HERRAMIENTAS: CV , carta motivación, entrevista	3

## PRELIMINAR

Antes de empezar el taller - conferencia haremos una dinámica.

### Dinámica 1: telaraña:

Descripción de la dinámica. Con un ovillo (no importa el color, pero preferiblemente azul o lila), haremos una presentación de cada una de las mujeres que asistan (Nombre y qué esperan del taller).

Una vez realizada la dinámica, volveremos a nuestros sitios y presentaré la sesión.

El objetivo de este taller es que las personas que asistan entiendan la importancia de definir su propio **proyecto profesional\***. Para ello, el taller-conferencia estará centrada en 3 fases: PERSONA - MERCADO DE TRABAJO - HERRAMIENTAS. Todo ello se traduce en:



- 1. PERSONAL** Sé de qué quiero buscar trabajo? Análisis de mis competencias
- 2. MERCADO DE TRABAJO** Qué me pide el mercado en ese sector? (cuánto cobraré? qué me piden para ese trabajo?)
- 3. HERRAMIENTAS:** Cómo encontrar trabajo? Canales de búsqueda de empleo (páginas web) + CV, carta de motivación, entrevistas

\*Proyecto Profesional contemplan dos partes: el Análisis de la empleabilidad y la búsqueda de trabajo.

→ El análisis de la empleabilidad: analizar los factores personales y del contexto para poder definir el proyecto profesional. (Punto 1 y 2)

- ◆ *Motivaciones y preferencias*: definir las motivaciones de la persona hacia el trabajo.
  - ◆ *Intereses*: identificar los intereses de la persona y las profesiones que responden a estos intereses con el fin de definir un o varios objetivos profesionales.
  - ◆ *Ocupaciones*: conocer en profundidad la ocupación o las ocupaciones que la persona tiene como objetivo/s.
  - ◆ *Mercado de Trabajo*: analizar la situación actual del mercado de trabajo para la ocupación objetivo.
  - ◆ *Balance de competencias*: identificar los factores que dificultan y favorecen la empleabilidad de la persona.
- Búsqueda de trabajo: (Punto 3)
    - Planificación: trabajar la gestión del tiempo destinado en busca de trabajo.
    - Canales: recursos de búsqueda de empleo - ¿dónde busco empleo?
    - Herramientas: currículum y carta de presentación
    - Proceso de selección: habilidades necesarias para superar entrevistas de trabajo.

## 1. ANÁLISIS DE COMPETENCIAS: Qué son las competencias y para qué las necesito cuando busco trabajo?

En esta parte las mujeres conocerán qué son las competencias personales, transversales y profesionales, esto es muy importante para después hacer el CV por competencias.

En el caso de las mujeres migrantes, sin ninguna experiencia laboral, se tiende a pensar que no tienen ninguna competencia para poner en el CV, para ello visualizaremos el vídeo “Ser madre es un plus” **Vídeo:** <https://www.youtube.com/watch?v=zqSISPX4PEE>

Material para trabajar:

Hoja 1. Rescate de competencias transversales

Hoja 2. Preferencias-Motivaciones e Intereses

Dinámica grupal: (opcional)

- Qué aficiones tienes? Qué te gusta hacer, qué te interesa? A qué dedicas el tiempo libre? Qué actividades haces? Qué crees que se te da bien?

- De estas actividades que te gustan, hay alguna que querrías que se convirtiera en un trabajo? Qué o qué? Por qué motivos concretos? Crees que es viable?

- Qué ocupaciones te llaman la atención? Cuáles te interesan o te motivan especialmente? Por qué?

Material para imprimir y entregar

- OFERTA D'EDUCACIÓ D'ADULTS A LA CIUTAT DE BARCELONA
- Procesos de validación de experiencia laboral

**Video:** Acabaremos esta primera parte con el video de: *El trabajo más difícil del mundo*  
<https://www.youtube.com/watch?v=aqbr2HbhPuw>

## 2. MERCADO LABORAL: Sectores económicos y ocupaciones

Cuáles son los sectores económicos más activos? Qué son las ocupaciones?

El objetivo de esta segunda parte es que la persona conozca la ocupación o ocupaciones que ha considerado como posible objetivo profesional, así como los perfiles competenciales (“que se pide”) asociados a esta/s. Este conocimiento le servirá para identificar:

- Cuáles son las exigencias y expectativas de las empresas en relación a aquel puesto de trabajo en la actualidad (a las que posteriormente, en la tarea Balance de competencias, la persona evaluará en qué medida se ajusta)
- En qué medida el puesto de trabajo se adecua a las necesidades e intereses de la persona (que bien se han trabajado previamente en las tareas Preferencias-Motivaciones e Intereses o bien que la persona ya tenía previamente identificadas).

Abriremos la web de Porta 22 de Bcn Activa para conocer los sectores económicos

<https://treball.barcelonactiva.cat/porta22/es/sectors/sectors.do>

Material para trabajar:

Hoja 1. Qué tengo y qué me piden?

Dinámica grupal: Qué me debe aportar un trabajo? (Posits y papelógrafo para plasmar respuestas)

- Sabes qué pide al trabajo que quieres?
- Sabes qué condiciones te ofrecen las empresas que tienen ofertas de aquella ocupación?
- Cuál es el horario de trabajo? Cómo son las condiciones de trabajo? Hay posibilidades de promoción?
- Qué acciones formativas crees que pueden ayudarte a mejorar las posibilidades de insertarte en la ocupación?

## 3. HERRAMIENTAS: CV , carta motivación, entrevista

En esta última parte, trabajaremos un CV, explicaremos la estructura de un CV focalizandonos en el CV por competencias. Una vez finalizada la dinámica en la web de Porta 22, analizaremos los canales de búsqueda de empleo más convencionales.

Dinámica termómetro

#### 4. Concluir el taller

Dinámica tiempo: "*Camino del pasado*" Hace 3 años, el año pasado, este año, futuro

Material que necesitaré: folios de 3 colores diferentes y bolígrafos ( 1 tijera para cortar los papeles y celo para ponerlo en el suelo y hacer 3 separaciones)