

# PORTAFOLIS

del

# PROJECTE

# PROFESSIONAL

---

Conclusions i evidències extretes de les  
activitats realitzades a  
*EXPLORA i DECIDEIX*

---

He reflexionat sobre el moment en què estic i què m'implicaria, ara per ara, treballar. I puc arribar a les següents CONCLUSIONS.

En quin moment estic?

per això em proposo....

**Els següents CANVIS**

**I les següents FITES**

Treballar m'aportarà (avantatges)...


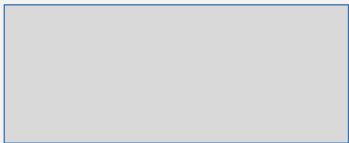

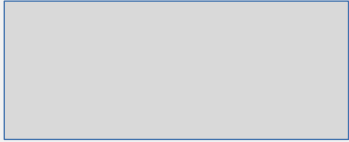

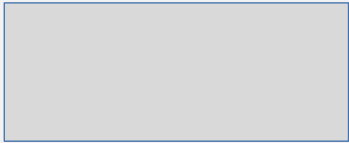

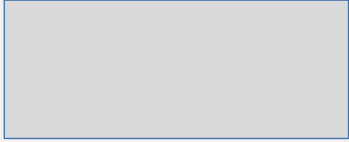

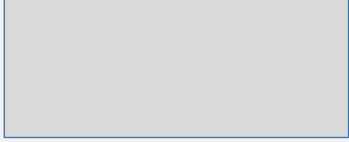

M'implicarà (canvis, dificultats)...

Estic disposat/da a entomar-ho?



Per tant ara mateix, opto **PER TREBALLAR O NO?**

Sé quines ocupacions i activitats m'agraden i m'interessen, i quines condicions voldria trobar en una feina. Per tant, si penso en possibles **OCUPACIONS QUE EM PODRIEN INTERESSAR**, serien:

OCUPACIONS	M'ofereix el que estic buscant, el que demano?
 	<input type="checkbox"/> Totalment <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Parcialment Què m'interessa més d'aquesta ocupació ? 
	<input type="checkbox"/> Totalment <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Parcialment Què m'interessa més d'aquesta ocupació? 
	<input type="checkbox"/> Totalment <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Parcialment Què m'interessa més d'aquesta ocupació? 
	<input type="checkbox"/> Totalment <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Parcialment Què m'interessa més d'aquesta ocupació? 
	<input type="checkbox"/> Totalment <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Parcialment Què m'interessa més d'aquesta ocupació? 

Et pot anar bé el **Material de suport. Descripció d'activitats i mapa.** De la pàgina 5 a la 7 hi ha un exemple de Mapa de competències



He explorat i identificat els aspectes (destreses, habilitats, capacitats) que tinc i puc potenciar i els aspectes en què puc millorar. Per tant, les meves **COMPETÈNCIES FORTES I ÀREES DE MILLORA** són:

## MAPA DE LES MEVES COMPETÈNCIES

COMPETÈNCIES FORTES	ÀREES DE MILLORA

.....  
**QUINES SÓN LES MEVES COMPETÈNCIES?**  
**QUÈ APORTO JO?**

---


.....  
**QUINES SÓN LES MEVES COMPETÈNCIES?**  
**QUÈ APORTO JO?**

---


Havent explorat i analitzat el mercat de treball, sé que en aquests moments:

Els sectors d'activitat amb més futur són....

Les ocupacions en què hi ha més ofertes de feina són...

El que les empreses valoren més del/de la treballador/a és...



Per tant ara mateix, les OCUPACIONS QUE M'OFEREIXEN MÉS OPORTUNITATS són:



He investigat a fons les ocupacions i/o llocs de feina en què vull i crec que puc treballar. També conec quines són les meves competències fortes. Per tant, crec que les OCUPACIONS I/O LLOCS DE FEINA EN QUÈ LES MEVES COMPETÈNCIES ENCAIXEN MILLOR són:

Les competències que es requereixen per poder treballar-hi i que ja tinc assolides són:

Les competències que es requereixen per poder treballar-hi i que ja tinc assolides són:

Les competències que es requereixen per poder treballar-hi i que ja tinc assolides són:

Les competències que es requereixen per poder treballar-hi i que ja tinc assolides són:

Les competències que es requereixen per poder treballar-hi i que ja tinc assolides són:

Fent un repàs...

Les ocupacions i/o llocs de feina que més m'INTERESSEN són:

Les ocupacions i/o llocs de feina que m'OFEREIXEN MÉS OPORTUNITATS són:

Les ocupacions i/o llocs de feina on ENCAIXEN MILLOR LES MEVES  
COMPETÈNCIES són:



M'he decidit per algunes d'aquestes ocupacions (o per totes) i les he investigat a fons, fent el mapa de la ocupació. Ara que ja les conec millor, tinc clar que les **OCUPACIONS QUE TRIO** per analitzar les meves **POSSIBILITATS REALS** de treballar-hi són:

Et pot anar bé el **Material de suport. Cas de la Paula**. De la pàgina 4 a la 7 hi ha un exemple de factors que afavoreixen i que dificulten la ocupabilitat

He contrastat i analitzat com estic (què tinc, com em posiciono, què sé, què se fer) en relació a cadascuna de les ocupacions que he triat. Per tant, ja em puc fer una idea clara de **QUINS FACTORS (estructurals, personals i competencials) AFAVOREIXEN I QUINS DIFÍCULTEN LA MEVA OCUPABILITAT** en cada ocupació i/o lloc de feina. Són aquests:

FACTORS QUE AFAVOREIXEN	FACTORS QUE DIFÍCULTEN

.....  
**QUINES POSSIBILITATS REALS TINC DE  
TREBALLAR EN LES FEINES TRIADES**

---




.....  
**QUINES POSSIBILITATS REALS TINC DE  
TREBALLAR EN LES FEINES TRIADES**

---




He convertit els factors que afavoreixen i que dificulten la meva ocupabilitat en competències fortes i àrees a millorar. I he analitzat els beneficis i costos de treballar en les ocupacions que he triat. Per tant, a hores d'ara, el MEU OBJECTIU LABORAL és:



I les fites que em plantejo són:

**A curt termini...**

**A mig termini...**

**A llarg termini...**

El meu Projecte Professional es complementa amb aquests dos documents:

**1**

## **PLA DE MILLORA DE LES COMPETÈNCIES**

Per planificar el procés de millora que haig de fer per a aconseguir el meu objectiu laboral

**2**

## **PLA DE CERCA DE FEINA**

Per planificar el procés de cerca de feina en relació al meu objectiu laboral