

Coneix-te: interessos, competències i motivacions

Abans de vendre't a una empresa has de saber què venes. L'autoconeixement professional no és un exercici d'autoajuda: és la matèria primera de qualsevol decisió de carrera assenyada. Qui no sap què vol ni què se li dona bé, acaba acceptant el primer que arriba —i penedint-se'n.



Temps estimat de lectura: 18-21 min · Resultat d'aprenentatge: RA4 (autoconeixement professional i disseny del projecte personal i professional) · Prerequisits: Unitat 1 (el repte de la teua empleabilitat). En acabar esta unitat sabràs: Distingir interés, competència, aptitud, actitud i motivació sense mesclar-los.

“

*Eixir al mercat laboral sense
conèixer-te és com anar a una cita
a cegues amb la fitxa personal en
blanc. Esta unitat et dona les
ferramentes per a fer el teu retrat
professional: el model RIASEC de
Holland per als teus interessos, les
intel·ligències múltiples de
Gardner per a les teues aptituds i
les competències clau de la UE per
al te...*



EL CAS

Va triar un cicle perquè el va fer el seu cosí i als dos anys va descobrir que el seu lloc...

En la unitat anterior vam veure que la teua empleabilitat es construeix sobre un conjunt de factors, i que la majoria depenen, almenys en part, de tu. Però per a millorar una cosa, primer cal conèixer-la. Per això el mòdul dedica esta unitat sencera a una sola tasca: conèixer-te professionalment.

És un fracàs canviar d'orientació als dos anys de començar un cicle, o és informació nova sobre un mateix?



§ 2

Els teus interessos professionals: el model RIASEC



El teu codi RIASEC en una frase

Per a explorar interessos de forma ordenada usarem el model més usat del món en orientació professional: la tipologia de Holland, també anomenada RIASEC per les inicials dels seus sis tipus. El va proposar el psicòleg estatunidenc John L.



§ 3

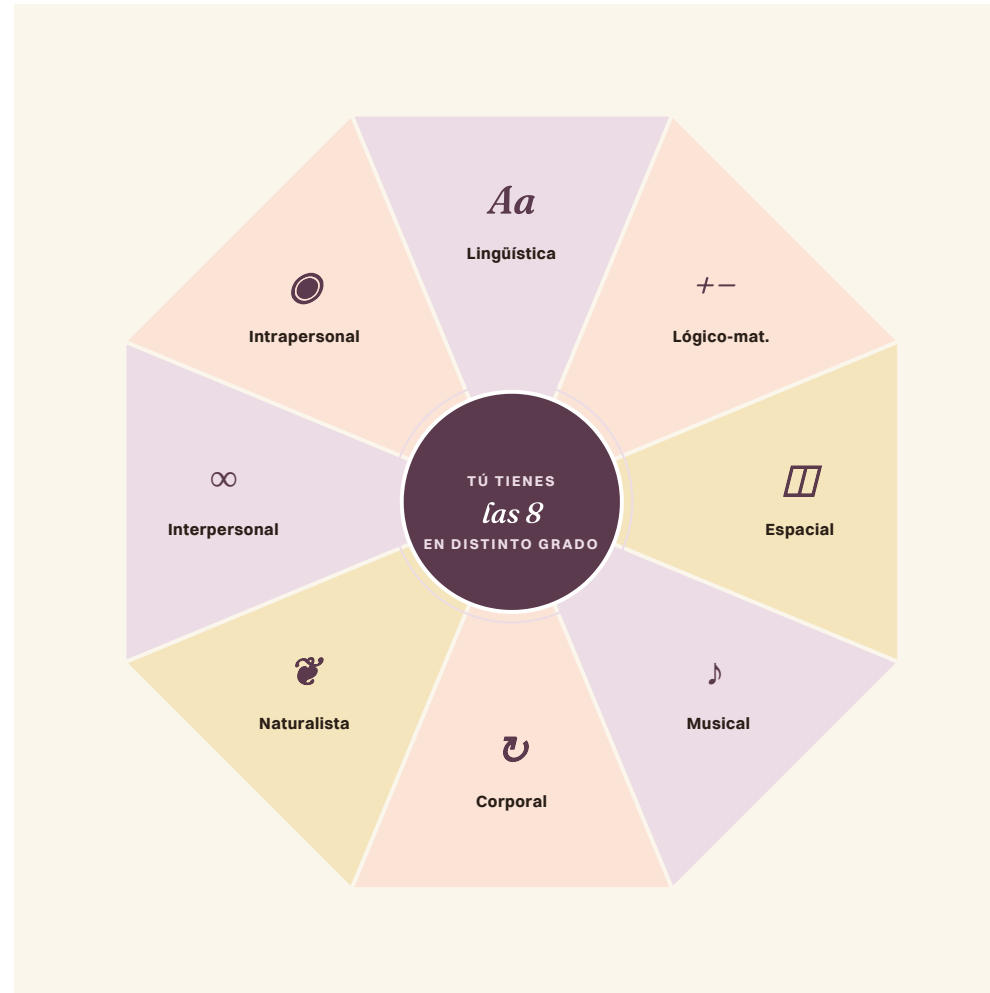
Les teues aptituds: huit formes de ser capaç



Els interessos diuen què t'agrada; les aptituds diuen per a què tens facilitat. Una forma útil i molt estesa d'explorar les aptituds és la teoria de les intel·ligències múltiples de Howard Gardner, que sosté que la intel·ligència no és una sola capacitat mesurable amb un número, sinó un conjunt de capacitats relativament independents.

EL GRÁFICO

Les huit intel·ligències o aptituds de Gardner. En el pla professional, convé identificar les teues dos o tres dominants i buscar ocupacions...





En clau laboral, cada aptitud apunta a famílies d'ocupacions: Logicomatemàtica → control de qualitat, programació, comptabilitat, diagnòstic tècnic. Lingüística → atenció al client, redacció tècnica, comerç, formació. Espacial → disseny, delineació, instal·lació, muntatge, conducció i maniobra.



§ 4

Les teues competències: l'inventari amb evidències



Sense evidència, no és una competència

Ací passem del potencial al real. Les teues competències són el que ja saps fer, i són la moneda amb què negocies en el mercat laboral. Un inventari de competències ben fet no és una llista d'adjectius bonics: és una llista de coses que saps fer, cadascuna respaldada per una evidència — una cosa que demostre que és veritat—.



§ 5

La teua motivació: per què fas el que fas



Per què pagar per una cosa que ja agradava pot espatllar-la

Saber què t'agrada i què saps fer no basta si no entens què et mou. La psicologia distingix dos grans fonts de motivació, i conèixer quina pesa més en tu canvia les decisions que convé prendre. Motivació intrínseca: fas una cosa perquè l'activitat en si et satisfà —t'interessa, et repta, et fa sentir competent—.



§ 6

Els teus valors laborals i la teua àncora de carrera



L'últim nivell de l'autoconeixement professional són els valors laborals: allò que per a tu és innegociable en una faena. No tot el món busca el mateix, i convé tindre clar el teu orde de prioritats abans que una oferta t'oblige a triar. Alguns valors laborals habituals: Estabilitat i seguretat (contracte indefinit, sector sòlid).



§ 7

Tancament: del retrat al projecte



En acabar esta unitat hauries de tindre un retrat professional de tu molt més nítid que en començar: què t'interessa (RIASEC), per a què tens facilitat (aptituds), què saps fer ja amb proves (competències), què et mou (motivació) i què és innegociable per a tu (valors i àncora).



§ 8

Glossari



Autoconeixement professional: procés de reunir informació estructurada sobre els propis interessos, aptituds, competències, motivacions i valors amb fins d'orientació de carrera. Interés: allò que atrau una persona i que faria per gust. Respon a què m'agrada?.



§ 9

Per a aprofundir



Si esta unitat t'ha interessat, ací tens alguns recursos per a anar més enllà: Test d'orientació RIASEC del SEPE / servicis d'ocupació. Per què encaixa: qüestionaris gratuïts basats en Holland per a obtindre el teu codi i ocupacions afins. Bon punt de partida, no una sentència.



§ 10

Preguntes per a reflexionar



Servixen per a debatre a classe o per a pensar individualment en tancar la unitat: Coincidix el teu codi RIASEC amb el de les ocupacions a les quals aspira el teu títol? Si no coincidix del tot, què et diu això i què faries al respecte? Repassa el teu inventari de competències: quantes pots acompanyar d'una evidència real i quantes...

Fins aquí la teoria

Continua al llibre de la unitat.