



ocupacióurv
OFICINA D'ORIENTACIÓ UNIVERSITÀRIA



OCUPACIÓ i ALUMNI URV
Universitat Rovira i Virgili



UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI

Taller d'Orientació Professional:

“Prepara't per al Fòrum d'Ocupació Universitària”

SOC

Servei d'Ocupació
de Catalunya



**Generalitat
de Catalunya**



MINISTERIO
DE EMPLEO
Y SEGURIDAD SOCIAL

SERVICIO PÚBLICO
DE EMPLEO ESTATAL



ocupacióurv
OFICINA D'ORIENTACIÓ UNIVERSITÀRIA



**SERVEIS
PER ALS
UNIVERSITARIS**

FÒRUM de l'Ocupació de la URV

l'espai de trobada
entre els ocupadors i
els universitaris té lloc
cada curs en tres
campus diferents.



Alumni URV

BORSA de TREBALL

un portal de feina en línia
per gestionar el currículum
i les oportunitats
professionals que les
empreses i entitats
adrecen a la Universitat.



INFORMACIÓ i ASSESSORAMENT

difusió de convocatòries,
beques, ajuts, premis,
programes formatius i
tot allò relacionat amb
la carrera professional.

PRÀCTIQUES EXTERNES

una eina per adquirir
competències professionals
i una via perquè els graduats
recents puguin accedir
al mercat de treball

ORIENTACIÓ PROFESSIONAL

mitjançant sessions
individuals i tallers grupals,
fem l'acompanyament en
el procés de recerca de
feina i l'orientació en el
desenvolupament de la
carrera professional.

SERVEIS SENSE CAP COST!



Sessions d'atenció individualitzada

Al Camus Catalunya

- Amb cita prèvia
- 60 minuts
- CRAI Campus Catalunya i Oficina d'Orientació Universitària



Tallers d'orientació

En competències i en recerca d'ocupació

- Millorar el currículum i acompanyar-lo d'una carta de presentació
- Com superar amb èxit les entrevistes de selecció
- Els processos de selecció de personal
- El coneixement d'un mateix com a eina d'ocupació

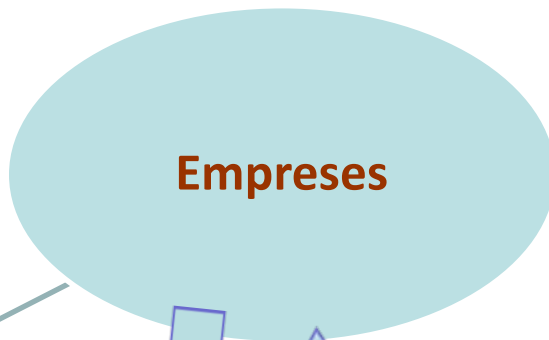


Publicacions

Per ajudar-te en TOT el teu procés de recerca de feina: guia d'ocupació, quaderns, webs d'interès.



Què és el fòrum d'ocupació i per què serveix?



Empreses



**Estudiants i
titulats (Alumni)**





Estudiants/Alumni:

- Trobaràs oportunitats: primera experiència laboral/professional
- Coneixeràs empreses: interacció directe amb responsables RRHH
- Participaràs en activitats lligades a l'ocupabilitat:
 - Tallers especialitzats
 - Conferències
 - Presentació d'empreses
 - Informació sobre noves oportunitats professionals

Empreses:

- Incrementar vinculació amb la URV
- Reclutament de diversos perfils professionals
- Visibilització dels productes i serveis que ofereixen





**Passos previs
procés recerca
feina:
reflexionar...
CV + carta**





Reflexions inicials imprescindibles



**Objectiu
Professional**



**Conèixer la
posició que
vull**

OPPORTUNITY

**Analitzar el
meu perfil
professional**



**Explorar el
mercant de
treball**





➤ Recorda els apartats mínims de un CV d'un universitari:

- ✓ Dades personals
- ✓ Formació
- ✓ Experiència professional
- ✓ Altres activitats realitzades (altres feines)
- ✓ Idiomes
- ✓ Informàtica (competències digitals)
- ✓ Formació complementaria/ específica
- ✓ Altres dades (particularitats)



➤ Demuestra sempre adequació **persona-lloc de treball**



Donar-ho a llegir als altres

Revisar faltes (totes)

Comprensible i amè

To i contingut



Suscitar
interès

- ENTREVISTA



Saber
adaptar-la
lloc

- Requisits
- Característiques

Demostrar les
competències

- Fer-la a mida





Abans del Fòrum d'ocupació Universitària





Punts importants abans del Fòrum d'ocupació



AUTOCONEIXEMENT:
Analitzar-me a mi mateix com a professional i definir-me.



CONÈIXER LES EMPRESSES PARTICIPANTS:
Analitzar i conèixer les característiques de les empreses i les oportunitats d'ocupació que m'ofereixen



INFORMA'T SOBRE LES ACTIVITATS:
Tallers, conferències, xerrades, etc.





1. Explora sobre tu mateix: el teu perfil



Com
sóc?



Què se
fer?



Què
puc
fer?



Què
vull
fer?





$$V = (C + H) \times A$$

“Professionalment, la diferència està en l’actitud. Els coneixements sumen, però les actituds multipliquen”



Victor Küppers

Professor Universitari, formador, *coach*.

Expert en gestió de l’entusiasme

<https://youtu.be/q1kc-37C870>



2. Explora i coneix informació sobre les empreses



Característiques generals:

grandària, missió, valors,
productes, facturació, filosofia,
implantació, etc.



Perfil professional :

- Funcions, tasques i responsabilitats
- Requisits necessaris per ocupar-lo.
- Característiques del lloc de treball (saber en què consisteix)



Procés de selecció:

- Plataforma per introduir CV
- Entrevista, psicotècnics, tipus de proves....
- Què volen dels candidats?



Aquí pots trobar informació del fòrum d'ocupació:

- <http://www.urv.cat/ca/vida-campus/campus/terres-ebre/forum-ocupacio2019/>



Occupació URV. Orientació Professional



Oficina d'Orientació Universitària



Resum general abans del Fòrum...



Tenir clar el teu objectiu professional. Repassa el teu currículum per tenir present la teva trajectòria formativa i professional.



Clarifica què vols emfatitzar de la teva experiència, formació i competències tant personals com professionals e intenta realitzar un balanç professional



Informar-te sobre les empreses on vols presentar la teva candidatura (el teu CV): l'àmbit d'activitat i el sector al que pertany (pàgina web corporativa, anuaris, informes del sector i competència, persones conegudes, etc.). Mostra què pots oferir-los- hi !!



Prepara possibles preguntes a fer, per complementar la informació que ja tens de les empreses/organitzacions del teu interès en aquest Fòrum. Això farà que et sentis més segur/a.

Les 10 competències professionals més valorades per les empreses



- **CAPACITAT PER COMUNICAR-SE:** escoltar de forma activa, saber expressar i argumentar. Inclou assertivitat, com a capacitat per expressar els sentiments sense deixar de tenir en compte els interessos dels altres.
- **INICIATIVA PROPIA:** reconèixer a temps els problemes i actuar sense necessitat d'indicacions. És necessari ser fiable, reflexionar i actuar amb prudència.
- **CAPACITAT DE TREBALLAR EN EQUIP I COOPERACIÓ:** resoldre els problemes de forma conjunta amb els companys de treball. Treballar i cooperar amb els altres per la consecució d'una meta comuna.
- **DISPONIBILITAT D'APRENTATGE** als nous coneixements i noves destreses. Saber adaptar-se als canvis.
- **DISPOSICIÓ PER A LA RESPONSABILITAT:** assumir responsabilitats del propi rendiment i de les decisions que s'han pres i en cas d'error no intentar culpar als altres.
- **PRODUCTIVITAT I COMPROMIS:** tenir capacitat de resistència, de concentració i de suportar la tensió. Compromís amb els objectius de l'empresa.
- **EMPATIA:** posar-nos en el lloc d'una altra persona, tenir consciència de les preocupacions i necessitats alienes. Captar els sentiments i els punts de vista d'altres persones i interessar-se pel que els hi preocupa.
- **RESOLUCIÓ DE PROBLEMES/CONFLICTES:** negociar amb eficàcia per arribar a acords interessants per ambdues parts.
- **CAPACITAT DE LIDERATGE (IMPLICACIÓ I COL-LABORACIÓ):** inspirar, impulsar i dirigir grups de persones per la consecució d'objectius i metes.
- **TREBALLAR AMB UN ENTORN INTERNACIONAL:** poder negociar, transmetre idees, i expressar-se en una llengua estrangera (**ANGLÈS**, com idioma internacional).



Durant el Fòrum d'ocupació Universitària

XV FÒRUM D'OCUPACIÓ UNIVERSITÀRIA

Tu portes el talent; nosaltres, les **empreses**

GRATUÏT. NO CAL INSCRIPCIÓ PRÈVIA.

Més informació: www.urv.cal/forumocupacio

SOC Servei d'Ocupació de Catalunya

Departament d'Ensenyament Superior i Recerca
Secretaria d'Universitats i Recerca

DIMECRES
03/04/19
CAMPUS BELLISSENS
Reus
de 9.00 a 15.00 h

DIJOUS
11/04/19
CAMPUS VILA-SECA
Vila-seca
de 9.30 a 14.00 h

DIJOUS
25/04/19
CAMPUS SESCLEADES
Tarragona
de 9.30 a 14.00 h i de 15.00 a 18.00 h

DIMECRES
08/05/19
CAMPUS TERRES DE L'EBRE
Tortosa
d'11.00 a 13.00 h i de 15.30 a 17.30 h



Aspectes a tenir en compte:



Planificar-te
(temps i
empreses),
tenir el CV i la
carta
personalitzada

Estudiar el guió
per presentar-te

- Àmbit personal
- Àmbit professional

Tenir a punt les
preguntes que
vols fer a les
empreses





Presentació ràpida (45')



Qui ?

- Què pots dir de tu mateix? descripció
- Quina es la teva experiència prèvia
- Què has estudiat ?

Què ?

- Quina ocupació estàs buscant ?
- Que és el que més t'interessa d'aquesta posició ?

Per Què ?

- Per què creus que tu ets la persona que millor encaixa ?
- Per què t'hem de contractar a tu?



Preguntes que podries fer tu

Quina és la missió/els valors/la filosofia d'aquesta organització?

Ubicació de l'empresa i si te filials (ubicació nacional o internacional)

Quines perspectives de desenvolupament professional ofereix?

Quins perfils incorporen més habitualment?

Requisits més valorats per aquesta empresa en els seus treballadors

Edat mitjana de la plantilla, grandària, etc.

En que consisteix el procés de selecció de personal ?

Quina es la necessitat actual de perfils professionals?

Llengua de treball, si la organització es internacional...

Característiques laborals generals (conveni col·lectiu, serveis oferts, etc.)

Quin sistema de valoració de recursos humans segueix l'empresa?





Consells generals durant el Fòrum...



Recorda que has de prestar atenció a totes les fases: salutació, conversa introductòria, conversa sobre el lloc de feina, clarificació de dubtes i acomiadament.



Practica l'escolta activa en tot moment i utilitza un llenguatge natural i educat. Aporta optimisme en les teves respostes; encara que parlis de febleses o mancances demostra la intenció de millorar o d'aprendre.



Argumenta les teves respostes i dóna la teva opinió. És millor no respondre únicament amb un sí o un no.



Tingues en compte la comunicació no verbal: donar la mà amb fermesa, posició de cos i mans, mirada atenta als ulls sense envair l'espai, somriure per demostrar positivisme.



Demostra interès per l'organització i pel/s lloc/s de treball del teu interès, fent preguntes sobre l'empresa, el seu funcionament, les tasques que s'han de desenvolupar, l'equip de treball, etc.....



Destaca els teus punts forts i les teves competències professionals mes significatives. Demostrant la adequació al lloc de treball...



Després del Fòrum d'ocupació Universitària





Consells generals després del Fòrum...



Revisa la informació obtinguda de les empreses i classifica-la



Analitza punts forts i febles de la visita i
Avalua el teu ajust segons els objectius professionals



Avalua si has estat capaç de descriure
habilitats, capacitats, debilitats i fortaleses,
etc.



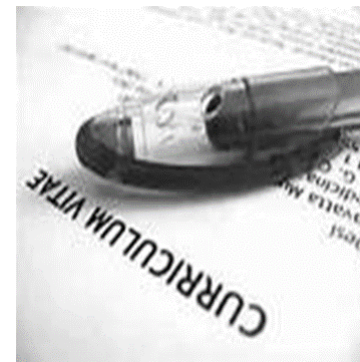
Revisa les plataformes on-line de les
empreses, per inscriure't a les seves ofertes.



Envia una carta d'agraïment, per reiterar el teu interès i demostrar entusiasme per formar part del futur equip, si has deixat el teu CV



Voleu fer alguna pregunta ?



Moltes gràcies !!!



UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI

Si voleu més informació podeu contactar amb:

margarita.rebenaque@urv.cat

www.urv.cat