

Si ho necessites, pots seguir analitzant els factors que incideixen en la teva ocupabilitat fent alguna d'aquestes activitats.

NOM ACTIVITAT: Imagina't treballant!

FINALITAT: Identificar factors que poden afavorir i factors que poden dificultar la teva ocupabilitat en relació a un lloc de feina o ocupació determinada.

DESENVOLUPAMENT:

Ara és el moment en el que, amb tota la informació que ja tens, pots començar a imaginar-te de veritat, treballant en alguna de les feines que has triat.

► Per poder preveure i per tant, anticipar-te i preparar-te per tot allò que pot passar, deixa't anar i imagina't ja en acció. Et proposem doncs, un exercici de creativitat! Mira de respondre a les següents preguntes:

1

- Com serà el meu dia a dia quan comenci a treballar en aquesta feina? Implicarà molts canvis? Quins?
- Com serà un dia a la feina? Què m'imagino que hauré de fer? Quines funcions tindrè?
- I què és el que penso que faré bé de seguida?
- Quines tasques em poden costar més?
- Crec que si ja tinc experiència prèvia en aquesta feina o formació especialitzada em serà més fàcil fer el que em demanin i obtindrè millors resultats?
- Quins problemes, inconvenients, dificultats, puc tenir els primers dies? Com crec que em sentiré?
- I què puc fer per afrontar-los i resoldre'ls amb èxit?
- Per fer aquestes funcions i tasques quins coneixements i quines tècniques hauré de posar en joc? Què he de saber i què he de saber fer?
- I quines capacitats i habilitats? Treballarà en equip? M'hauré d'organitzar la feina de manera autònoma? Hauré de negociar? Etc.
- Quant temps crec que tindrè per situar-me/adaptar-me al lloc de feina i a l'empresa?
- Em poden demanar que faci coses que no sé fer? Com ho afrontaré?
- Quan porti un temps treballant, em poden demanar que assumeixi noves funcions, tasques o responsabilitats? Com ho afrontaré?
- Què puc fer per aprendre el més de pressa possible?
- M'hauré de comunicar en català i castellà? Pot ser que també necessiti algun altre idioma?
- Quan ja estigui treballant em poden demanar que faci cursos per anar actualitzant coneixements? Que em formi en alguna cosa concreta?
- Em costarà adaptar-me i relacionar-me amb la gent?
- Les condicions laborals que m'ofereixin crec que seran les que jo demano?
- Quan de temps crec que ha de passar per considerar que m'he adaptat bé al lloc de feina i que l'he consolidat?
- *Pensa altres aspectes que consideris importants.*

► Ara intenta anotar les conclusions a les que has arribat a la fitxa d'anàlisi de l'ocupabilitat (*activitat 2*) i així ampliaràs la informació que ja tenies d'aquesta ocupació o lloc de feina.

NOM ACTIVITAT: Una experiència real

FINALITAT: Analitzar factors que poden afavorir i factors que poden dificultar la teva ocupabilitat en un lloc de feina determinat a través d'una experiència real.

DESENVOLUPAMENT:

A l'activitat anterior et proposàvem que t'imaginassis en un lloc de feina. Ara et proposem que intentis posar-te a prova de veritat.

2

▶ Per fer aquesta activitat necessites una empresa on hi hagi llocs de feina del que a tu t'interessa. Per exemple: si una de les feines que has triat és *mecànic d'automòbils*, hauràs de posar-te en contacte amb un taller mecànic.

▶ A la pestanya que hi ha a la part superior de la web on diu *Tens algun dubte? Escriu-nos!* hi trobaràs un llistat d'entitats d'orientació i inserció laboral per a joves. Aquests dispositius potser et poden ajudar a trobar alguna empresa que t'interessi. Tria i contacta amb alguna/es d'aquesta/es entitats, explica'ls el teu cas i informa't de la possibilitat de poder programar i realitzar aquesta prova laboral en una empresa.

▶ Es tracta que puguis posar-te a prova de la manera més real possible. Per a això hauràs de poder experimentar, fer les feines que et tocarien si realment hi treballassis. Seria com si, per un dia, fossis treballador/a de l'empresa.

▶ Quan hagi finalitzat la jornada fes un repàs mental de com ha anat. El/la professional que hagi estat amb tu, observant-te, també t'haurà de fer un retorn de com t'ha vist. Després, agafa la fitxa de l'activitat **analitzar l'ocupabilitat** i vés anotant la informació i reflexions on correspongui. Veuràs que aquesta activitat et servirà per tenir una imatge molt ajustada de quina és la teva situació respecte a l'ocupació o lloc de feina que has triat.