

SAPS BUSCAR FEINA?

Carreres
Professionals

upf.

A l'hora de buscar una oportunitat de feina o de pràctiques, cal tenir en compte alguns aspectes que t'acostaran a l'èxit. Els tens identificats?

CONEIXES EL TEU VALOR PROFESSIONAL?



T'has parat a pensar què és el que et diferencia de la resta dels candidats/ates i que et fa únic?		
Quins coneixements tècnics tens (formació, eines digitals, cursos d'especialització...)?		
Quins trets defineixen la teva personalitat?		
Quines experiències prèvies, ja siguin pràctiques, treballs, voluntariats, experiències a l'estranger, aficions..., han contribuït al teu desenvolupament professional?		
Quines competències has desenvolupat al llarg de la teva vida personal i/o professional?		
Quins són els valors i principis que guien el teu comportament i decisions en l'àmbit laboral?		

RECOMANACIONS:



- Autoavaluació continuada:** dedica temps regularment a reflexionar sobre les teves habilitats, èxits i àrees de millora per mantenir-te al dia amb el teu desenvolupament professional.
- Continua formant-te i vivint experiències:** guanyaràs valor!

QUÈ VOLS?



Has començat a valorar en què t'agradaria treballar?		
Saps en quin context professional creus que et sentiries millor? (tipus de sector, tipologia d'empresa: en una <i>startup</i> , a l'administració pública, en l'àmbit internacional...)		
Quines habilitats i coneixements vols posar en joc i adquirir en la teva pròxima experiència professional?		
Com seria la feina que s'ajusta a les teves necessitats i estil de vida?		
Quin impacte vols que tingui la teva feina per a la societat?		
Quines són les teves metes professionals a curt/llarg termini?		

RECOMANACIONS:



- Investiga sobre el mercat laboral:** segueix les tendències i les oportunitats disponibles en el teu camp d'interès. Això et permetrà prendre decisions informades sobre la teva carrera.
- Prioritza les teves aspiracions:** identifica-les per aconseguir un equilibri satisfactori entre la teva vida laboral i personal. Considera factors com el creixement professional, la remuneració, la cultura de l'empresa i l'impacte social.

BUSCA EL TEU ENCAIX PROFESSIONAL!


Com ho aconseguiràs?

Saps quins són els millors canals per aspirar a les ofertes del teu interès?		
Fas servir eines com ara les xarxes professionals, el blog, el portafolis o el videocurrículum per donar més valor a la teva candidatura?		
Aprofites les teves connexions personals i professionals per obtenir informació sobre oportunitats laborals?		
Si no trobes l'oferta que busques, saps preparar la teva autocandidatura per presentar-te directament als professionals, a les empreses i a les institucions del teu interès?		
Tens un currículum d'impacte i l'acompanyes d'una breu presentació professional que captivarà la persona que farà la selecció?		
Saps destacar les teves habilitats, experiència i assoliments més rellevants per al lloc al qual aspirem?		
Estàs preparat/ada per a l'entrevista de feina? Ja tens el discurs per demostrar que tu ets la persona ideal per al lloc de treball?		

RECOMANACIONS:

- Consulta oportunitats de pràctiques i/o feina al Campus Treball**, una aplicació de la UPF, entre altres.
- Participa en esdeveniments de *networking* i fires professionals com UPFeina** i altres fòrums de talent per ampliar la teva xarxa de contactes.
- Investiga sobre les empreses i els entrevistadors** per mostrar un interès genuí i anar més preparat a les entrevistes.
- Estigues al dia de l'ús de la intel·ligència artificial** en el procés de selecció.

**No oblidis les
claus que et
duran a l'èxit!**



Investigació
Planificació
Proactivitat
Actitud positiva
Constància



**Carreres
Professionals**



upf.

www.upf.edu/web/carreres-professionals