



Universitat
de les Illes Balears

Entre tots,
UIB

Com puc adquirir competències per al meu futur èxit professional?

La formació és clau per adquirir les competències tècniques necessàries per saber-nos desenvolupar amb èxit en un àmbit professional concret, però hi ha moltes altres competències prou importants que es poden anar aprenent en altres contextos.

Aquest conjunt de capacitats, actituds i habilitats transversals són clau per assolir els reptes que la societat actual ens exigeix. Són competències que les empreses cerquen i demanen a qualsevol candidat.

Com les podem anar aprenent des d'ara mateix?

Adquirint responsabilitats. Ser delegat de classe, ser mediador, ajudar en les feines de casa... Totes aquestes situacions ens fan ser competents a l'hora de saber parlar en públic, comunicar bé les coses, solucionar un conflicte a la classe, conviure amb més gent repartint les tasques i responsabilitats...

Sent flexible. Vivim en una societat que canvia molt ràpidament. Hem de ser capaços d'adaptar-nos a les noves situacions. D'aquesta manera, sabrem desenvolupar-nos amb èxit sense que aquestes noves situacions ens generin frustracions o inseguretats.

Fent petites feines. A l'estiu es poden fer petites feines, adaptades a l'edat corresponent, per començar a treballar l'autonomia i l'empenta.

Sent positiu. Mirar la vida amb una actitud positiva ens aporta un benestar personal que ens pot ajudar a afrontar amb èxit els reptes de cada dia. «La gent positiva canvia el món, mentre que la negativa el manté com està».

Fent activitats amb altres companys. Practicar esports en equip, fer un voluntariat, ser monitor de temps lliure... Hem d'aprendre a saber treballar en equip, ser tolerants amb altres punts de vista, saber què passa al nostre entorn.

Sent creatiu. Tothom duu dedins una part creativa que cal potenciar. La creativitat es valora molt en qualsevol lloc de treball.

Tenint curiositat. Hem de ser curiosos davant la vida, fer i fer-nos moltes preguntes. Cercar respostes i conèixer infinitat de camins que podem seguir per arribar a aconseguir els nostres objectius.

Sent perseverant. La dedicació, l'esforç i la constància, aprendre dels propis errors, ens donen confiança en nosaltres mateixos, seguretat i empena per arribar a l'èxit, tant personal com professional.

Tenint una actitud crítica. Actualment tenim accés a una gran quantitat d'informació. Hem d'aprendre a saber seleccionar aquella informació que sigui vàlida i fiable.

seras.uib.cat

Vicerektorat
d'Estudiants

GOIB
CONSELLERIA
EDUCACIÓ, UNIVERSITAT
I RECERCA
DIRECCIÓ GENERAL
POLÍTICA UNIVERSITÀRIA
I RECERCA

PortUIB

Programa d'orientació i transició
a la Universitat