



T6 Competencias para la Vida.

Después de haber analizado cuales son las competencias que se exigen en un gran número de ofertas de empleo, se han seleccionado tres de estos subgrupos: T2, T3 y T4. Como puedes ver, las Competencias Personales Transversales son aquellas capacidades, habilidades y actitudes necesarias para desempeñar una amplia gama de ocupaciones en diversos sectores económicos. Suelen denominarse también habilidades básicas, soft skills, core skills y constituyen la piedra angular para el desarrollo personal y laboral de las personas. Además, son la base necesaria para el desarrollo posterior de las habilidades y competencias denominadas técnicas o profesionales, imprescindibles para tener éxito en el mercado laboral en las ocupaciones específicas que cada persona vaya desarrollando en su vida laboral. Por ello consideramos que disponer de un nivel alto de dominio de estas competencias puede favorecer tu incorporación o mantenimiento en un empleo de calidad y contribuir a tu progresión profesional.

Las competencias señaladas con una estrella amarilla son las más solicitadas por las empresas en las ofertas estudiadas. Es importante que desarrolles todas las competencias de este cuestionario y especialmente las marcadas por la estrella:

- T32 Adoptar un enfoque proactivo,
- T34 Mostrar voluntad de aprender,
- T41 Comunicarse
- T43 Colaborar en equipos y redes

Analiza tu perfil y, si al comprobar tus puntuaciones percibes que puedes mejorar en alguna de tus competencias personales, te recomendamos que acudas con tus resultados a un servicio de orientación profesional o te propongas realizar alguna formación sobre las mismas.