

Cosa sono i "percorsi per le competenze trasversali e l'orientamento" (PCTO)

I **percorsi per le competenze trasversali e l'orientamento** sono un'opportunità di integrazione formativa.

Sono un'occasione per occuparsi da vicino e in maniera specifica di orientamento, sviluppo di competenze trasversali, avvicinamento al mondo del lavoro, socializzazione dell'occupabilità.

Un'esperienza che ha a che fare con apprendimenti specifici ed abilità dette "trasversali" e di cittadinanza.

Saper sostenere una conversazione, avere proprietà di linguaggio, essere consapevoli della propria personalità, essere in grado di rapportarsi ad altre persone **in un contesto di lavoro**, saper pianificare e raggiungere degli obiettivi fanno parte di quelle qualità che è necessario individuare e sviluppare.

Non ci sono "qualità" buone o cattive, ognuno di noi ha delle peculiarità e delle attitudini che originano dalla personalità e del carattere, e possono essere preziosi elementi per la vita lavorativa, ed ognuno di noi può individuare i propri punti di forza e di sviluppo.

Ad esempio, essere introversi o estroversi non è positivo o negativo di per sé: una persona attenta agli stimoli esterni, capace di coinvolgere i propri colleghi o i clienti, con facilità di contatto con le persone potrebbe essere un brillante addetto alla vendita, mentre una persona riflessiva, che non si fa distrarre facilmente, e che persegue con costanza un obiettivo, potrebbe essere un buon ricercatore.

È un esempio che ci fa capire come ognuno di noi può nel corso della propria vita cercare e trovare il proprio "mix" di qualità personali.

Tutte queste caratteristiche non sono stabili nel corso della vita ma, soprattutto negli anni che riguardano l'uscita dalla scuola superiore, possono essere sviluppate e perfezionate anche in funzione di un proprio piano d'azione o progetto professionale.

Inoltre, i passaggi che ognuno di noi compie nel proprio ciclo di vita, fanno sì che alcuni obiettivi siano trasformati o modificati in vista di progetti più ampi.

Il PCTO contribuirà in maniera importante ad acquisire **Competenze Orientative** (CMS), necessarie ad ognuno di noi per scegliere e costruire il proprio progetto di percorso professionale.

Il percorso PCTO può dare indicazioni su aspetti dell'agire, dello stile di pensiero, dello stile relazionale, e fornire informazioni su come, al di là dei saperi e delle capacità di base e tecnico-professionali, esistono altre caratteristiche che rendono possibile la costruzione di un proprio progetto professionale.



Obiettivo Orientamento Piemonte, per scelte sempre più consapevoli

Obiettivo Orientamento Piemonte è l'intervento strutturale del Sistema Regionale di Orientamento che mette a disposizione di tutti i cittadini servizi, opportunità e risorse per trovare risposte ai bisogni orientativi.

Attraverso un supporto mirato allo sviluppo delle competenze per la gestione della carriera, aiuta le persone a scegliere consapevolmente i percorsi più adatti nei vari cicli di studio e formazione e nelle prime fasi delle esperienze professionali.

Il sistema offre risorse e supporto metodologico operativo a insegnanti e operatori del mondo della scuola e della formazione, per metterli in condizione di fornire una risposta coerente ai bisogni rilevati, in integrazione con tutte le occasioni di orientamento del territorio.

Obiettivo Orientamento Piemonte, propone **attività di orientamento rivolte a studentesse e studenti** delle scuole secondarie di I e II grado:

- percorsi di educazione alla scelta;
- percorsi di orientamento alla professionalità;
- seminari informativi;
- colloqui individuali.

Gli interventi vengono sempre co-progettati con i referenti orientamento delle scuole, per integrarli al meglio con i progetti già attivati dagli istituti, con particolare attenzione ai Percorsi per le competenze trasversali e per l'orientamento (ex alternanza scuola/lavoro).

Scopo delle attività è:

- supportare le ragazze, i ragazzi e le loro famiglie nelle **fasi di transizione** (scuola/-scuola, scuola/formazione, scuola/lavoro, formazione/lavoro);
- facilitare l'acquisizione di **competenze orientative**;
- favorire il successo formativo e sostenere la definizione del proprio percorso professionale.

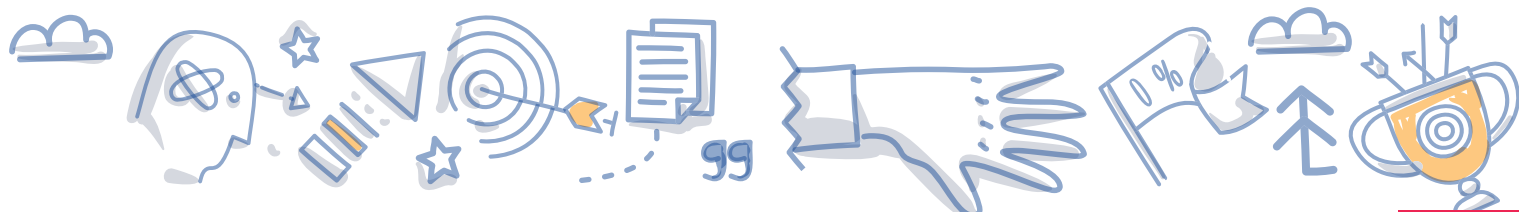
E' attiva in tutto il Piemonte una rete di **sportelli pubblici di orientamento** che offrono un **servizio gratuito** di informazione, consulenza e accompagnamento rivolto a ragazzi e ragazze, per chi intende:

- iscriversi alle scuole superiori;
- iscriversi a un corso di formazione;
- iscriversi all'Università o ad altri percorsi post-diploma;
- valorizzare le proprie attitudini ed esperienze;
- orientarsi rispetto alle professioni ed alle opportunità formative e di lavoro.

Gli strumenti a disposizione sono molti, dalle Guide di Orientamento post medie e post qualifica/diploma, alla guida per adulti, a colloqui individuali e di gruppo.

Scopri di più su:

<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/istruzione-formazione-lavoro/orientamento>



Scheda profilo



Prima parte: mi descrivo

Ogni viaggio comincia con il primo passo, ed il primo passo è quello di guardarsi allo specchio e annotare una breve auto descrizione di sé.

Sarà utile per tracciare il proprio percorso di apprendimento e i cambiamenti legati ai percorsi PCTO.



Interessi personali

È innegabile che fare qualcosa che piace è molto più stimolante! Non è il caso di sottovalutare le preferenze per un certo ambito di studio o per un'attività lavorativa perché la motivazione può aiutare moltissimo a raggiungere determinati obiettivi, né di sacrificare le nostre passioni scegliendo qualcosa che apparentemente ci rassicura rispetto all'occupazione futura.

L'interesse gioca un ruolo importante nella scelta, ed è utile individuare motivazioni, preferenze e passioni per trasformarle in spinte a realizzarsi in un ambito specifico.

I PCTO possono aiutarti a scoprire e mettere meglio a fuoco questi elementi.



Memo

Gli interessi sono quell'insieme di aspetti che ritroviamo nel nostro agire quotidiano: dalle preferenze per alcune discipline o attività in ambito scolastico, gli sport che pratichiamo, gli hobby, ciò che facciamo nel tempo libero. Li abbiamo raggruppati per facilità in queste quattro categorie.

Questo schema è un "identikit" della tua persona in questo momento.

Non ti stupire se fra qualche tempo lo vorrai modificare!

I miei interessi in pillole

Pensando allo studio

Pensando alla mia vita in generale

Pensando al tempo libero

Social, film e serie, relazioni...

Dove si svolge il PCTO

È utile descrivere ed aver ben chiara l'organizzazione che ci ospita nel nostro PCTO. Il luogo di svolgimento può essere una azienda privata, un servizio pubblico, un ufficio di un libero professionista. Di solito è tutto indicato nel progetto, e se hai qualche dubbio non hai che da chiedere al tuo tutor o ai tuoi docenti di riferimento di chiarirti qualche aspetto che magari hai trascurato.

Questo breve schema ti aiuterà a definire i particolari dell'inizio del PCTO.

Per esempio, potresti essere accolto in un istituto di credito; e quindi accolto dal direttore della filiale (meglio annotarsi nome e cognome), verrai affidato a un tutor (anche qui nome, cognome, ruolo professionale) e affidato a un suo collaboratore (oppure potrebbe essere lo stesso tutor ad occuparsi di te ed affidarti dei compiti). Per ultimo, nel box "di cosa si occupa l'organizzazione che mi ospita" annota qualche elemento della struttura ospitante, come ad esempio l'ubicazione, il numero dei dipendenti, e così via.

Il primo giorno...

Chi mi ha accolto

Chi è il mio tutor

Figure professionali di riferimento

Di cosa si occupa l'organizzazione che mi ospita

Le attività' significative

Per identificare le attività e successivamente le competenze apprese, in questa sezione annota le attività che ti hanno proposto. Annotale con attenzione (non devono essere per forza 5: possono anche essere di più!) e cerca di non essere troppo generico. Non va bene scrivere "catalogare" ma aggiungi cosa, con chi, in che tempi, con quali strumenti o software e così via.

5 attività' che mi hanno proposto

Le conoscenze e capacità'

In questa sezione annota, in relazione alle attività che hai elencato prima, le conoscenze o capacità indispensabili per poterle svolgere. Ricorda che le conoscenze sono l'insieme di elementi teorici e di metodo che potremmo, ad esempio, aver studiato a scuola o su un manuale. Le capacità riguardano il mettere in pratica quella conoscenza.

Un esempio:

conoscenza della lingua inglese" = conoscenza;

gestire una conversazione telefonica in inglese" = capacità.

5 conoscenze o capacità' necessarie

Le competenze trasversali

Sono una qualità o un valore delle persone e delle relazioni, è evidente e si può osservare e rilevare attraverso i nostri comportamenti, ma non è così facile: spesso sono delle caratteristiche che noi stessi a volte diamo per scontate. Ecco perché situazioni insolite, impreviste, fuori dal nostro ambiente abituale (come i PCTO!) possono aiutarci ad individuarle.

Le Soft Skill piu' importanti:

Autonomia: è la capacità di svolgere i compiti assegnati senza il bisogno di una costante supervisione facendo ricorso alle proprie risorse.

Fiducia in se stessi: è la consapevolezza del proprio valore, delle proprie capacità e delle proprie idee al di là delle opinioni degli altri.

Capacità di adattarsi all'organizzazione e al contesto lavorativo.

Resistenza allo stress: è la capacità di reagire positivamente alla pressione lavorativa mantenendo il controllo, rimanendo focalizzati sulle priorità e di non trasferire sui colleghi le proprie eventuali tensioni.

Capacità di pianificare ed organizzare: è la capacità di realizzare idee, identificando obiettivi e priorità e, tenendo conto del tempo a disposizione, pianificarne il processo, organizzandone le risorse.

Precisione/Attenzione ai dettagli: è l'attitudine ad essere accurati, diligenti ed attenti a ciò che si fa, curandone i particolari ed i dettagli verso il risultato finale.

Apprendere in maniera continuativa: è la capacità di riconoscere le proprie lacune ed aree di miglioramento, attivandosi per acquisire e migliorare sempre più le proprie conoscenze e competenze.

Capacità di conseguire obiettivi: è l'impegno, la capacità, la determinazione che si mette nel conseguire gli obiettivi assegnati e, se possibile, superarli.

Sapere gestire le informazioni: abilità nell'acquisire, organizzare e riformulare efficacemente dati e conoscenze provenienti da fonti diverse, verso un obiettivo definito.



Essere intraprendente, avere spirito d'iniziativa: è la capacità di sviluppare idee e saperle organizzare in progetti per i quali si persegue la realizzazione, correndo anche rischi per riuscirci.

Capacità comunicativa: è la capacità di trasmettere e condividere in modo chiaro e sintetico idee ed informazioni con tutti i propri interlocutori, di ascoltarli e di confrontarsi con loro efficacemente.

Problem solving: è un approccio al lavoro che, identificando le priorità e le criticità, permette di individuare le possibili migliori soluzioni ai problemi.

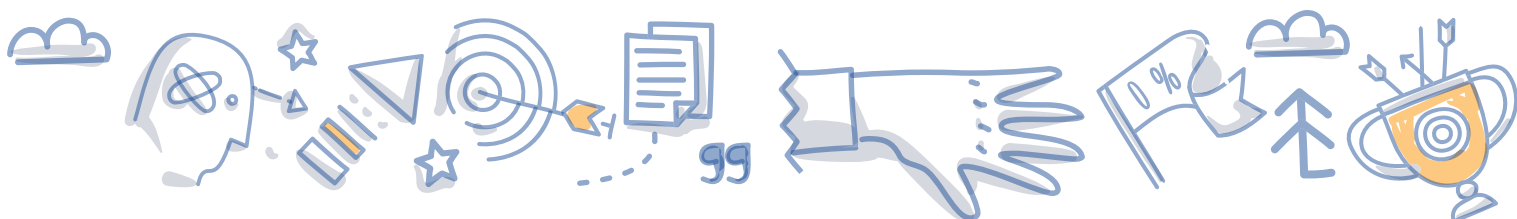
Team work: è la disponibilità a lavorare e collaborare con gli altri, avendo il desiderio di costruire relazioni positive tese al raggiungimento del compito assegnato.

Abbiamo scelto questo elenco di competenze e la loro descrizione fra quelle presenti nel panorama delle numerose definizioni esistenti. Puoi approfondirle a questo indirizzo:

(<https://www.almalaurea.it/lau/consigli-carriera/cv-soft-skill/soft-skill>).

Suggerimento: se nel corso del PCTO e delle tue attività ti sembra di individuare un tuo modo di fare caratteristico, un modo di risolvere i problemi e affrontare le situazioni, una tua particolare modalità di organizzare le informazioni, i tempi, le attività, un tuo stile peculiare nel gestire le relazioni, fai caso e prendi nota di ciò che accade e del tuo comportamento. Se non ti ritrovi nelle poche definizioni suggerite, siamo sicuri che voi e i vostri insegnanti e tutor vorrete integrare l'elenco proposto per poter dare un nome a questa qualità!

E ricorda: le competenze trasversali, una volta scoperte ed individuate, si possono allenare! Compila la scheda seguente con l'elenco delle attività che hai svolto, e collegale alle competenze trasversali.





Conosco le (mie) competenze?

Soft skills	Pensando al PCTO in corso, annota in questa colonna le attività legate alle competenze elencate nella colonna di sinistra
Autonomia	
Fiducia in se stessi	
Capacità di adattarsi	
Resistenza allo stress	
Capacità di pianificare ed organizzare	
Precisione/attenzione ai dettagli	
Apprendere in maniera continuativa	



Conosco le (mie) competenze?

Soft skills	Pensando al PCTO in corso, annota in questa colonna le attività legate alle competenze elencate nella colonna di sinistra
Capacità di conseguire obiettivi	
Sapere gestire le informazioni	
Essere intraprendente, avere spirito d'iniziativa	
Capacità comunicativa	
Problem solving	
Team work	

Affrontare le situazioni

Le cosiddette "strategie di coping" ovvero come noi affrontiamo imprevisti o difficoltà (to cope = affrontare) parlano molto di noi, e sono molto utili per conoscerci al meglio e mettere in evidenza aspetti del nostro agire. Prova a descrivere anche qui con attenzione ai dettagli una situazione che hai affrontato. Non trascurare gli aspetti emozionali (paura, rabbia, delusione, felicità...) legati alla sua situazione.

Non dimenticare di annotare come è andata a finire!

Raccontaci una situazione difficile o imprevista e dicci come l'hai affrontata

Relazioni a lavoro

Lo sapevi che costruire delle buone relazioni in ambito professionale sono un aspetto necessario per la nostra soddisfazione lavorativa? Descrivici una relazione significativa che è stata di supporto al tuo percorso PCTO.

Una relazione che è stata preziosa in questo percorso



Imparare a scegliere: le competenze per orientarsi (CMS)

Il percorso di istruzione e formativo dei giovani è un periodo di maturazione delle scelte personali e professionali.

Durante questo periodo si acquisiscono conoscenze e abilità, e si mettono a punto gli interessi e le preferenze personali.

In più, durante questo periodo si perfeziona la capacità di scegliere e progettare il proprio futuro.

Vi sono alcuni momenti caratteristici di questo percorso, come quello relativo alla scelta della scuola superiore o dei percorsi post diploma di formazione o lavoro: possedere le capacità e le competenze utili per orientarsi in questo percorso è un processo continuo, che avviene nel tempo, anche grazie ad occasioni come i PCTO.

Le competenze per orientarsi comprendono una gamma di abilità specifiche che riguardano:

- conoscere se stessi e quindi avere consapevolezza di sé, dei propri interessi e delle proprie preferenze, degli elementi importanti che guidano le nostre scelte
- saper esplorare e conoscere il mondo esterno, ovvero le opportunità di formazione e lavoro, gli attuali orientamenti del mercato, i vincoli e le opportunità che possono aiutarci a costruire il nostro futuro
- saper costruire relazioni significative ed utili per noi, mettendo in gioco le capacità necessarie per incontrare e rimanere in contatto con persone, reti, organizzazioni
- sviluppare i punti di forza, ovvero avere tutte quelle competenze che contribuiscono alla nostra crescita autonoma e determinazione, sapendo affrontare difficoltà ed assumendoci qualche rischio;
- monitorare le nostre esperienze permettendoci di identificare per tempo situazioni di rischio e di generare idee e soluzioni innovative di miglioramento, anche riorganizzando i nostri progetti;
- pianificare la carriera ovvero saper gestire transizioni e momenti di svolta e riprogettazione della propria carriera di studio e di lavoro, in maniera proattiva, sapendo prendere decisioni importanti, anche con l'aiuto e il supporto di altre persone.



L'autovalutazione

Dopo questa esperienza di PCTO: datti un punteggio relativo alle affermazioni che vedi nello schema.

Potrai annotare qual è a tuo avviso il tuo livello rispetto a queste competenze e abilità specifiche. (anche qui, è un modo per facilitare appunti e autovalutazioni: non vuole essere e non è una rilevazione in senso stretto, è importante che sia utile per te!).

Conosco il mondo del lavoro e delle professioni

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Comprendo come i cambiamenti socioeconomici e politici influiscono sulla vita e sul lavoro.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Conosco me stesso e le mie capacità.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Riesco a prendere delle decisioni efficaci in relazione alla mia istruzione e formazione.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Conosco le tecnologie per lo sviluppo della mia carriera formativa e professionale.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Riesco a comprendere le esigenze del mercato del lavoro, confrontandole con il mio percorso di studi e formazione.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Trovo e utilizzo informazioni e identifico correttamente le possibilità connesse ai soggetti e servizi del territorio.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Riesco a cogliere il valore della formazione.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Sono in grado di decidere e impostare i miei obiettivi di vita e per la mia carriera formativa e professionale nei tempi giusti.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Puoi compilare questa scheda come "resoconto" a fine anno e ripetere la valutazione alla fine del triennio. Scoprirai quanto l'assunzione di consapevolezza può modificare la percezione delle tue caratteristiche e renderti più forte nella scelta del tuo futuro.

Questa autovalutazione può costituire inoltre una traccia utile per la relazione dell'esame di stato e indicare la strada per una efficace compilazione del curriculum dello studente.

Cartoline dal futuro

Sorprenditi! Immaginati fra 3/5 anni e invia una cartolina descrivendo la tua situazione, i passi compiuti per arrivarci, le scelte, le opportunità.



Immagina come sarà la tua vita fra 3 o 5 anni.
Scriviti una cartolina da quel futuro.
Descrivi come ti senti, cosa stai facendo e cosa è importante per te.
Racconta anche come sei arrivato dove sei,
cosa ti ha spinto verso la direzione che hai preso.



Il progetto professionale e le prospettive occupazionali

Le prospettive occupazionali non possono essere l'unico criterio di scelta, non perché non siano importanti ma perché non si può scegliere un percorso solo in funzione della sicurezza di trovare lavoro.

Serve anche un po' di motivazione, un interesse personale, le competenze necessarie, un progetto sostenibile per noi.

Affermare che la prospettiva di un veloce inserimento lavorativo non può essere l'unico fattore di scelta, non significa sottovalutare questa variabile nel momento della decisione.

Gli aspetti da esplorare possono essere diversi: i tempi di inserimento (più o meno veloci), gli spazi occupazionali (più o meno ristretti), le modalità di accesso al mercato (lavoro dipendente o autonomo), i livelli retributivi (più o meno elevati), le prospettive future e la propria percezione di poter cercare e trovare lavoro.

Oggi troppi giovani si avvicinano al lavoro con scarse conoscenze della realtà, senza alcuna esperienza (è ancora alta la percentuale di giovani che non ha contatti con il mondo del lavoro fino alla fine della sua formazione); l'immagine della realtà lavorativa passa ancora attraverso stereotipi, pregiudizi, false illusioni, testimonianze obsolete.

La tua esperienza PCTO può essere utile per conoscere alcuni aspetti legati al tuo progetto futuro.

Prova a riempire questo schema, mettendo a frutto ciò che hai potuto osservare nel (o nei) PCTO.

Consideralo come uno schema dinamico, ti consigliamo di compilarlo alla fine del triennio, ma puoi anche modificarlo quante volte vuoi.

Tiriamo le somme

Io sono...

Quali sono i miei **punti di forza** e di **miglioramento**?
Le risorse su cui posso contare?

(Risorse personali, passioni, abilità, conoscenze, interessi, valori, competenze)

Il contesto di riferimento

Conosco a sufficienza il **sistema dell'offerta formativa** post-diploma?

Conosco il **mercato del lavoro** (opportunità e vincoli)?

Obiettivo professionale

Cosa voglio diventare? A cosa punto?
Qual è il **ruolo**, il **settore di attività**, il **luogo geografico** etc.?

Progetto professionale

Annota qui le tappe necessarie per il raggiungimento del tuo obiettivo professionale