

**NETWORKING:
XARXA DE
CONTACTES I XARXA
DE SUPORT**



Continguts

8. XARXA DE CONTACTES I XARXA DE SUPORT

- A) LA XARXA DE CONTACTES
- B) LA XARXA DE SUPORT

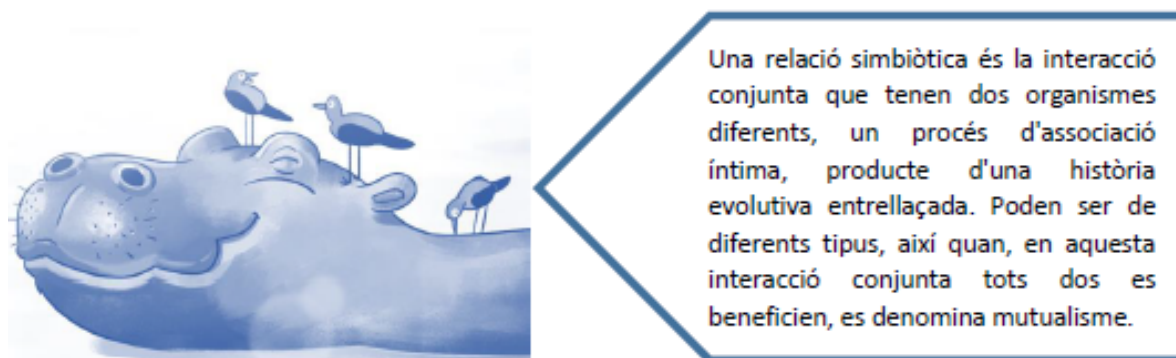
1. XARXA DE CONTACTES I XARXA DE SUPORT

A) LA XARXA DE CONTACTES

La **Xarxa de contactes** són totes aquelles persones amb les quals hem tingut una relació significativa al llarg de les diferents etapes de la nostra vida i amb qui és possible recuperar el contacte en l'actualitat.

La **Xarxa de contactes** és clau per fer una bona recerca de feina. Cal mantenir relació amb aquelles persones amb qui tens proximitat i reprendre el contacte amb els que fa temps que no veus tot i que han estat significatives en algun moment de la teva vida.

Quan estem en època de recerca de feina és important tenir disponible tota la xarxa de contactes i saber escollir per on començar. Quan parlem de mantenir activa la relació no és només en moment d'atur sinó més enllà, mantenir viva la relació tot i després d'haver trobat feina ja que es tracta de relacions simbiòtiques:

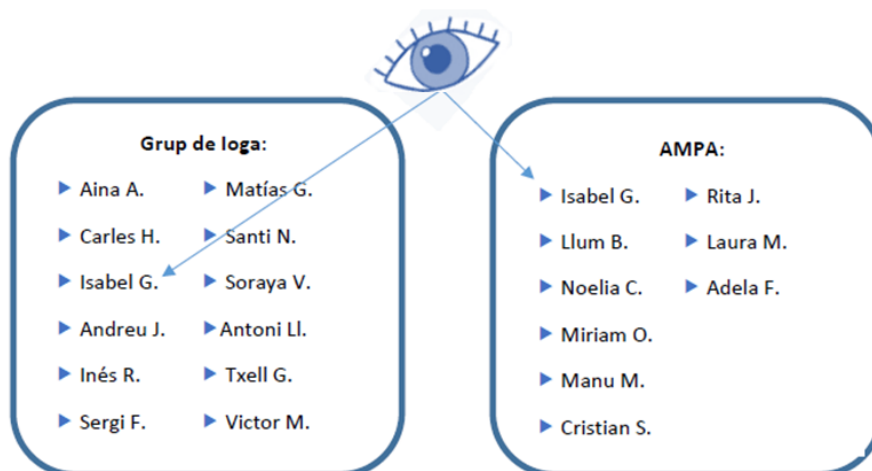


Posar en ordre els teus contactes és el primer pas per prendre consciència de la xarxa de coneguts que tens i preparar-te per cuidar-la i mantenir-la activa al llarg del temps:

Per fer-ho plantegem el següent exercici:

1. Anota aquells àmbits on ets present en el teu dia a dia: família, escola dels nens, centre formatiu, institut, universitat, mercat, gimnàs, església, empreses en les que has treballat, associacions, casal, centre cívic...
2. Quan tinguis els àmbits detectats pensa en les persones que recordes de cadascun d'ells i anota-les.

Per exemple:

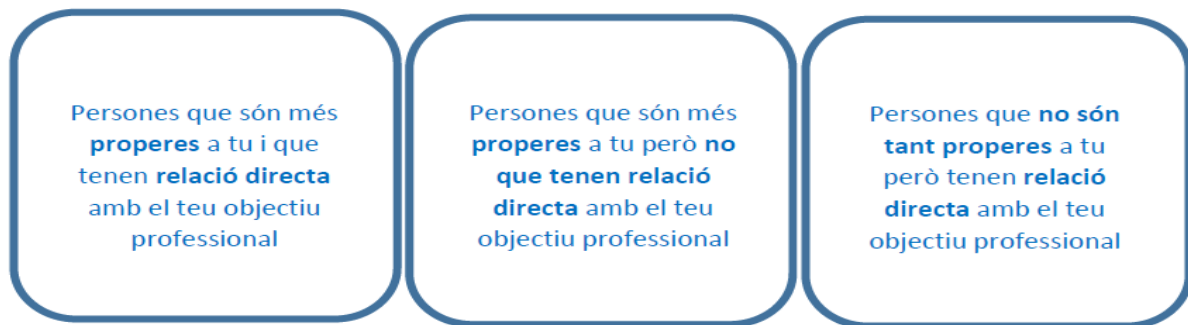


1. Quan tinguis anotades totes les persones anota alguna forma de contacte amb cadascun: telèfon mòbil, adreça de correu electrònic, Facebook, etc.
2. Segurament no tens la mateixa relació amb totes les persones anotades. Primer ens posarem en contacte amb aquelles amb qui mantenim una relació més directa (més íntima, més freqüent). Serà més fàcil partir d'aquest grup ja que segurament tenim més confiança i afinitat.
3. Seguidament, marca aquelles persones que es repeteixen en més d'un àmbit (a l'exemple veuràs a Isabel G. En els dos àmbits). Aquestes són el segon grup objectiu per a posar-nos en contacte.
4. Ja hauràs marcat totes aquelles persones amb qui mantens una relació freqüent. Ara hem d'identificar aquelles amb qui comparteixes àmbit laboral o que estiguin relacionades amb el teu objectiu professional. Aquestes persones et poden donar suport alhora d'entrar i moure't pel sector.

Pensa que en el moment que activem aquets contactes estarem activant més enllà ja que una persona té els seus propis contactes, i això, pot arribar a ser beneficiaris per a nosaltres.

Activar la xarxa de contactes accelerarà la incorporació al món laboral ja que permet accedir a informació sobre el Mercat de treball, tendències i oportunitats. Les persones reclutadores aprecien les referències positives dels candidats, sobretot, si es d'algú proper.

Aquest criteris que hem proposat conclouran en un llistat de contactes que recull:



És important que poc a poc vagis recuperant i mantenint els contactes, tenint present que totes les accions que facis han de ser des d'una postura equitativa, on la demanda i l'ajuda estigui present de forma igualitària.

Lee Hecht Harrison assenyala que a Espanya encara es creu que la gestió de contactes o el *Networking* està íntimament lligat a l'amiguisme (allò conegut com a "*enchufismo*"). No obstant, al contrari del que es pensa, es tracta de com generar una xarxa d'aliats que ajudin a aconseguir els objectius en una relació on tots guanyen. **La xarxa de contactes no proporciona una feina sinó la informació que ens ajudarà aconseguir-la.** Per tal que les relacions siguin efectives ens hem de plantejar què es pot aportar mútuament.

B) LA XARXA DE SUPORT

La Xarxa de suport són totes aquelles persones amb les quals podem comptar en un moment determinat per ajudar-nos en la gestió del nostre temps, en la gestió de les nostres tasques diàries, etc.

La xarxa de suport ens permet, per exemple, ampliar la nostra disponibilitat horària a l'hora de treballar.

Tenir una bona xarxa de suport és important per millorar les nostres possibilitats d'ocupació. En aquest tipus de xarxa la reciprocitat és molt important, ja que es crea un "servei" a cobrir i una persona que el cobreix.

Quan parlem de xarxa de suport ens referim tant a persones properes com a professionals. Per exemple, L'àvia que porta els nens al col·legi es considera xarxa de suport, però també en el cas de la cangur que porta al nen.

Existeix un servei a la majoria d'ajuntaments anomenat **Banc de Temps**. Es tracta d'una xarxa de persones que intercanvien serveis puntuals i on la moneda de canvi és el temps enlloc del diners. En aquest servei les persones podem oferir i demanar serveis de manera gratuïta.

