



Com funcionen les pràctiques laborals? La guia bàsica per entendre-ho



Les pràctiques professionals són una eina fonamental per als estudiants que desitgen complementar la seva formació acadèmica amb experiències pràctiques. Aquestes ofereixen múltiples beneficis que van més enllà del coneixement teòric adquirit a les aules. Però sovint pot ser un caos conèixer els tipus de pràctiques que hi ha i com trobar-les.

A més de millorar el currículum, les pràctiques poden obrir portes a futures oportunitats laborals i establir una xarxa de contactes valuosa. És important conèixer els diferents **tipus de pràctiques i on trobar informació fiable** per treure el màxim profit d'aquesta experiència.

Quins tipus de pràctiques hi ha?

Pràctiques curriculars: Aquestes són obligatòries dins del pla d'estudis de la carrera. Solen estar regulades per convenis entre la universitat i les empreses, i el seu objectiu és garantir que els estudiants adquireixin competències específiques. Atenció perquè has de saber que tens l'oportunitat de buscar pel teu compte l'empresa on vols fer les pràctiques. Només caldrà que la teva universitat autoritzi el conveni. És una bona opció si tens moltes ganes de treballar en una empresa concreta i tenir el primer contacte laboral allà.



Pràctiques extracurriculars: Aquestes són voluntàries i no formen part del pla d'estudis. Permeten als estudiants obtenir experiència addicional, independentment dels crèdits acadèmics.

Pràctiques en empresa: Les empreses privades solen oferir pràctiques a estudiants per períodes determinats, que poden anar des d'uns mesos fins a un any.

Pràctiques en l'administració pública: Els estudiants poden realitzar pràctiques en diferents administracions públiques (ajuntaments, governs autonòmics, ministeris), obtenint una perspectiva sobre el funcionament del sector públic.

Pràctiques internacionals: Programes com Erasmus+ permeten als estudiants realitzar pràctiques en empreses o institucions d'altres països europeus, enriquint així la seva experiència cultural i professional.

Pràctiques virtuals: Algunes empreses ofereixen pràctiques que es poden realitzar de manera remota, especialment en àrees com la tecnologia, el màrqueting digital o la gestió de continguts.

On trobar informació sobre pràctiques?

Webs de les universitats: Les universitats tenen departaments específics dedicats a la gestió de pràctiques, que solen tenir portals en línia amb ofertes actualitzades.

Portal de la Generalitat de Catalunya: La Generalitat ofereix informació sobre programes de pràctiques i beques a través del portal jove.cat, que inclou una secció específica de treball i pràctiques.

Plataformes en línia: Webs com LinkedIn, InfoJobs, StudentJob o Indeed tenen seccions dedicades a ofertes de pràctiques.