

# GUIDA ALLA SCRITTURA DEL CV

## COS'È UN CV?

Il curriculum vitae è il documento col quale ci presentiamo sul mercato del lavoro e corrisponde a una sintesi che valorizzi il nostro percorso di studi e le nostre esperienze lavorative e non.

## PERCHÉ È IMPORTANTE FARLO?

Il CV è il documento sul quale si basa la prima impressione dell'azienda sul candidato che, come sappiamo, è molto importante. Inoltre, il nostro CV deve dare la possibilità, a chi lo legge, di capire se possiamo essere d'aiuto all'azienda e in quale dipartimento possiamo essere collocati. Per tutti questi motivi, vale la pena investire un po' di tempo a raccogliere il materiale e le informazioni da inserire nel CV.

## PERCHÉ È IMPORTANTE AGGIORNARLO?

Affinché rappresenti davvero quello che siamo e quello che sappiamo fare, è necessario aggiungere tutte le attività, corsi, traguardi, risultati che raggiungiamo perché ogni esperienza aggiunge un tassello alla nostra personalità e ci lascia qualcosa in più.

## SCRITTURA DEL CV: COSA FARE

-Come modello per il cv, consigliamo di utilizzare quello fornito da Europass, al link:

<https://europass.cedefop.europa.eu/editors/en/cv/compose>

-Le informazioni personali: nome e cognome, data di nascita devono essere scritte correttamente, mentre l'indirizzo civico, il numero di cellulare e l'indirizzo email devono essere sempre aggiornati.

N.B: La data di nascita permette alle aziende di capire se siamo maggiorenni o no e quanta esperienza aspettarsi da noi.

-Occupazione per la quale si concorre: Tirocinante in "SPECIFICARE IL SETTORE".

-Esperienze di lavoro (se ne abbiamo fatte, in ordine dalla più recente):

- indicare la data e il luogo:

- specificare il ruolo ricoperto (es. waiter/waitress);

- descrivere le mansioni svolte (aiuto chef, compiti base nell'ambiente cucina);

N.B. Nelle esperienze di lavoro sono incluse stage, lavoretti estivi, lavoretti per l'azienda di famiglia o di amici, anche se non sono stati retribuiti.

# GUIDA ALLA SCRITTURA DEL CV

-Formazione: in questa parte dobbiamo riportare solo l'istituto superiore che frequentiamo, indicandone:

- il nome;
- le materie di studio generali;
- le materie d'indirizzo;

N.B. Se abbiamo cambiato istituto superiore, dobbiamo indicarli entrambi.

N.B. Le materie d'indirizzo sono più importanti rispetto a quelle generali perché spesso le aziende non sanno cosa si studia davvero nelle scuole (ma sanno che studiamo italiano, matematica ecc.).

-Competenze personali:

-Lingua madre: italiano (gli studenti stranieri che parlano altre lingue oltre all'italiano come lingua madre devono specificarlo perché è una risorsa in più)

-Altre lingue: quando compiliamo questa parte, dobbiamo indicare le lingue che parliamo o studiamo a scuola e il livello che abbiamo in ogni lingua (cerchiamo di essere sinceri).

-Competenze comunicative: in questa sezione bisogna indicare perché siamo bravi a comunicare e capire gli altri e grazie a quale esperienza abbiamo sviluppato questa competenza. Le esperienze in cui si sviluppano queste competenze sono più di quante pensiamo: sport di squadra, corsi, associazioni di cui facciamo parte, esperienze di volontariato, lavori con parrocchie e oratori, ruoli come rappresentante di classe o d'istituto (es. As the president of a student association, I have strengthened my ability to connect and relate with other students, teachers, professors, and deans. / As a member of a rugby team, I have learned that communication within a team is crucial for winning games and championships.)

-Competenze organizzative e gestionali: qui deve emergere perché siamo capaci a gestire e organizzare il nostro lavoro, ma non solo. Queste competenze si sviluppano anche nel tempo libero. Anche in questo caso, abbiamo una vasta scelta: sport di squadra, corsi, associazioni di cui facciamo parte, esperienze di volontariato, lavori con parrocchie e oratori, scout, ruoli come rappresentante di classe o d'istituto. (es. As a class representative I am used to organize class assemblies and to aid in the organization of educational visits/ As a member of a scout group I have often collaborated in the organization of charity fundraising activities.)

-Competenze professionali: in questa parte, dobbiamo cercare di evidenziare ciò che non è venuto fuori dalla descrizione delle esperienze di lavoro, ma che abbiamo comunque imparato e che può essere rilevante nel nostro ambito. (es. While I was working as a waiter I also learned how to make cocktails, so, right now I really would like to develop the acquired techniques. / While working as a shop assistant for my family business I also learned how to use the cash register.)

# GUIDA ALLA SCRITTURA DEL CV

-Altre competenze: in questa parte, possiamo aggiungere altre competenze che ci sembra importante sottolineare come l'uso di pacchetti o software particolari, ricordandoci sempre di specificare dove/come le abbiamo acquisite (es. I like photography, for this reason I learnt how to use Photoshop by my own. I have always liked writing and I decided to share my passion by writing my own blog , therefore, currently I feel really comfortable using Wordpress.)

-Hobby: questa parte non va sottovalutata, perché ognuno di noi coltiva delle passioni che talvolta non hanno nulla a che vedere con il nostro percorso professionale/formativo. Anche quando svolgiamo queste attività, sviluppiamo delle competenze. (es. I usually use some of my free time for playing role games, thanks to this passion I have learned how to put myself into others shoes and how to adapt quickly to different situations. I like doing activities at church with children, as a result I have developed my patience and creativity skills.)

## SCRITTURA DEL CV: COSA NON FARE

-Le descrizioni delle mansioni svolte durante le esperienze lavorative NON devono essere lunghe e ripetitive, ma brevi e precise.

-Nella parte dedicata alla formazione, NON riportare le scuole medie e elementari, rendono il CV inutilmente lungo; inoltre, la formazione delle scuole elementari e delle scuole medie è uguale per tutti.

-La parte dedicata agli hobby non deve diventare una lista infinita: se, ad esempio, abbiamo partecipato a tante gare di nuoto e abbiamo vinto tante medaglie, dobbiamo selezionare i traguardi più importanti e i più recenti.

-In generale, dobbiamo ricordare che il cv deve essere breve (max 2 pagine) ed equilibrato (non ha senso dedicare mezza pagina agli hobby e due righe alle esperienze lavorative).

## DICITURA IN INGLESE PER LA LEGGE SULLA PRIVACY

### POSIZIONE: A PIÙ DI PAGINA (se il CV ha più pagine, inserire all'ultima pagina del CV)

*"In compliance with the Italian legislative Decree no. 196 dated 30/06/2003, I hereby authorize you to use and process my personal details contained in this document."*