



Titolo Seminario:

*Metodi e Tecniche per affrontare le prove
di selezione*

*«Scegli il lavoro che ami e non lavorerai neanche un
giorno in tutta la tua vita.»*

Confucio

PORTA FUTURO LAZIO

 **/portafuturolazio**

 **@pf_lazio**

 **pflazio**

Questionari vari...



- Test di orientamento in ingresso
- Questionario di apprendimento
- Questionario di gradimento

Metodi e Tecniche per affrontare le prove di selezione

1. Il CV e la lettera di autopresentazione: metodi e suggerimenti

2. Come preparare il colloquio di selezione

- essere informati sulla azienda e sulla posizione
- come curare il look e condizionamenti esterni

3. Esercitazione pratica: *simulazione del Colloquio di selezione*

4. Essere efficaci e sintetici in un'autopresentazione:

- evidenziare le proprie esperienze curriculari: lo story telling del proprio cv
- come presentare un Cv efficace
- evidenziare i propri punti di forza e «disinnescare» i punti di debolezza

5. Affrontare il colloquio individuale:

- essere situazionali e flessibili
- gestione dell'emotività
- esprimere la propria motivazione

Presentiamoci



A turno ciascuno scrive o dice:

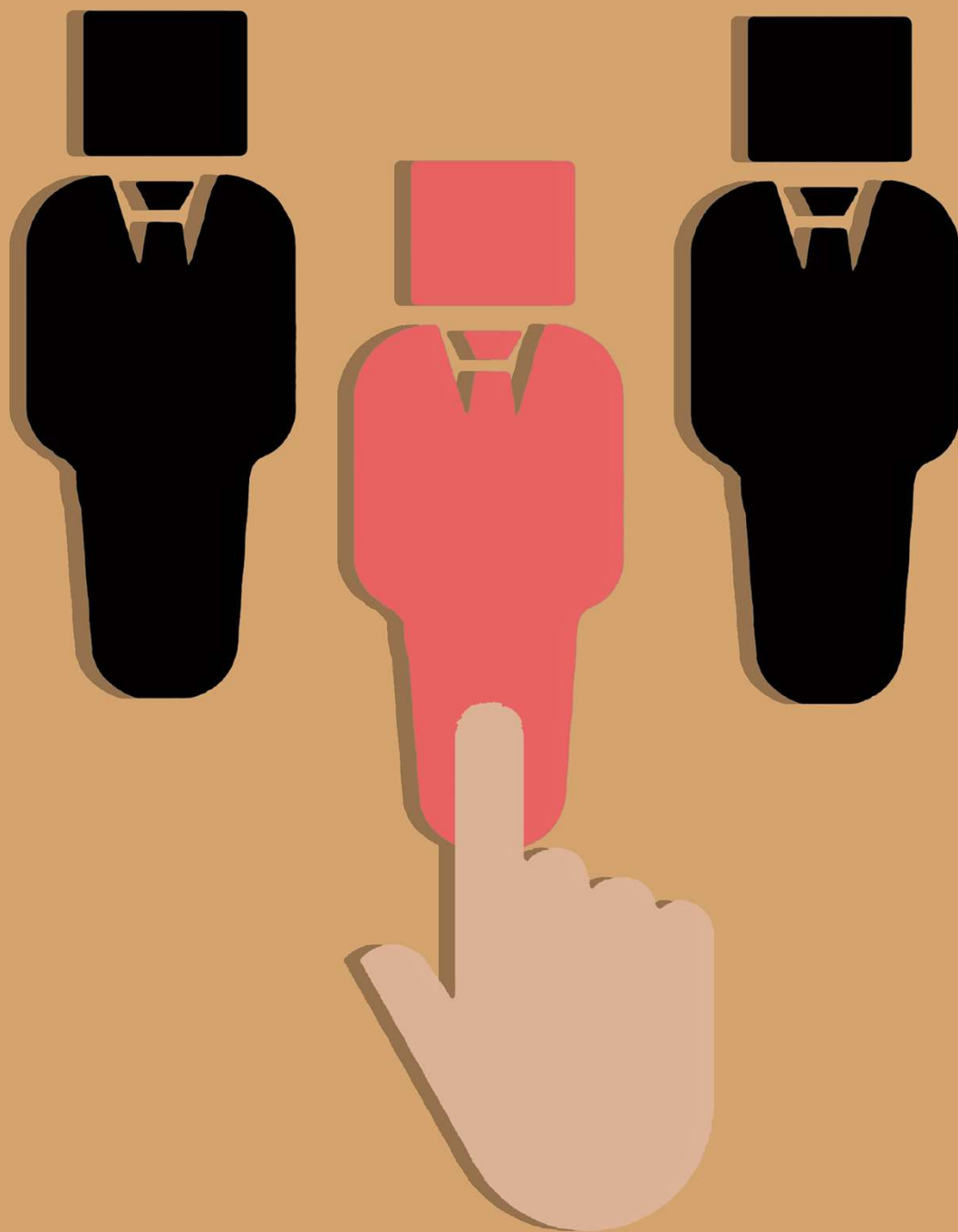
- Nome, studi fatti o in corso
- Progetto professionale/tipo di lavoro desiderato



Condividi curiosità/richiesta/obiettivo
per la giornata

www.menti.com
898722





Il CV e la lettera di autopresentazione



Come deve essere il Curriculum

- SINTETICO
- PRECISO
- EFFICACE

<http://europass.cedefop.europa.eu/it/documents/curriculum-vitae>

La lettera di autopresentazione

- PERSONALE ED ORIGINALE
- SINTETICA
- RACCONTA QUELLO CHE NON SI DICE NEL CV
- METTE IN EVIDENZA LA COERENZA

Obiettivo: colloquio!!



Il curriculum vitae

- <https://portafuturo Lazio.it/kit-porta-futuro-lazio/consigli-per-un-cv-efficace.aspx>

Esercitazione: prendi il tuo cv e controlla cosa va modificato (5')

Nb. servizio di CV check di cui si può usufruire in modalità “remoto”, contattando la sede territoriale di riferimento di Porta Futuro

Ricapitolando:

Checklist di controllo del cv



- Il cv contiene informazioni utili e coerenti
- Il cv è lungo massimo 2 pagine
- Il cv è personalizzato in base alla posizione di lavoro
- Sono state incluse parole chiave strategiche menzionate anche nell'annuncio di lavoro
- Il cv è scritto in maniera impeccabile
- Il cv è ordinato
- Il cv è riconoscibile
- Il cv è nel formato corretto (pdf)
- Il cv è stato denominato correttamente

La lettera di presentazione

- Accompagna il cv
- PERSONALE ED ORIGINALE
- Esplicita la tua motivazione
- Spiega il cv aggiungendo informazioni rilevanti-
RACCONTA QUELLO CHE NON SI DICE NEL
CV
- 10-12 righe max- SINTETICA
- METTE IN EVIDENZA LA COERENZA tra te e quella posizione

<https://www.adecco.it/come-trovare-lavoro/lettera-presentazione>

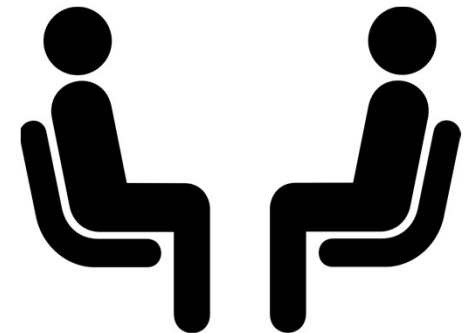
<https://www.adecco.it/come-trovare-lavoro/esempio-lettera-presentazione>



Avete già fatto qualche colloquio di lavoro?



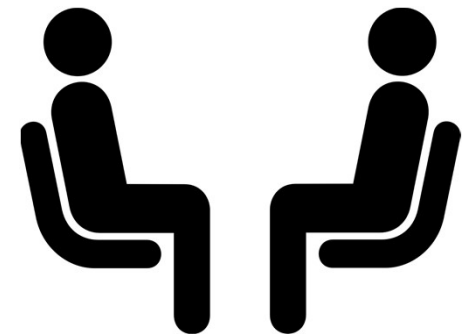
- Considerazioni
- Perplexità
- Difficoltà...



Come preparare il colloquio di selezione



1. Essere informati sulla azienda e sulla posizione
2. Prepararsi psicologicamente all'intervista
3. Come curare il look: accorgimenti ed esagerazioni



Come preparare il colloquio di selezione



1. CONOSCI IL TUO NEMICO...

informati sulla azienda e sulla posizione

Dove trovare le informazioni sull'azienda?

- Sito internet
- LinkedIn
- Gli altri Social

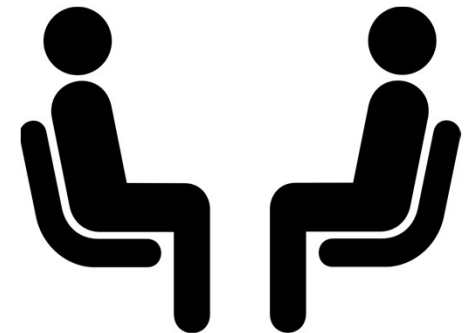


Cos'è la Job Description

elenco di tutte le responsabilità, i requisiti e le qualifiche necessarie per una specifica posizione vacante. Solitamente la Job description è elaborata dai recruiter in collaborazione con i manager di linea (o eventualmente il recruiter di una Società di ricerca e selezione esterna)

Elementi essenziali per una Job Description

- **Titolo del ruolo**
- **Mansioni del lavoro da svolgere**
- **Competenze richieste (hard e soft skills)**
- **Riporti gerarchici (a chi si risponde del proprio lavoro)**
- **Salario**
- **Informazioni sull'azienda**





<https://portafuturo lazio.it/cittadini/offerte-di-lavoro/scheda-offerta.aspx?UID=b04bd321-4cd9-4a97-bb2a-2eee007f9615>

<https://portafuturo lazio.it/cittadini/offerte-di-lavoro/scheda-offerta.aspx?UID=d95bf715-aa13-4bf7-88cb-01a5fc6e2e16>

<https://portafuturo lazio.it/cittadini/offerte-di-lavoro/scheda-offerta.aspx?UID=c137944c-627d-4abb-b47e-2c726e86ec95>

<https://portafuturo lazio.it/cittadini/offerte-di-lavoro/scheda-offerta.aspx?UID=053bbd5f-e6a4-48e3-9c23-9bb7e7780c6d>

Come preparare il colloquio di selezione



2. Prepararsi psicologicamente all'intervista

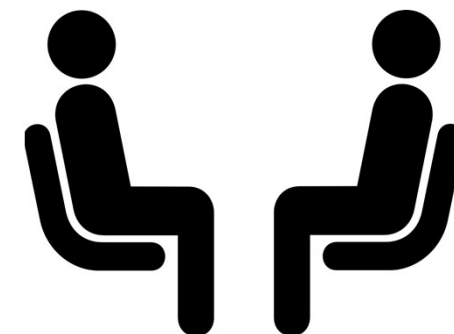
- Riflettere sulle risposte da dare alle potenziali domande quando siamo ancora a casa

<https://www.monster.it/ricerca-personale/risorse/strategie-di-recruiting/screening-candidati/domande-porre-candidati/>

<https://www.adecco.it/come-trovare-lavoro/colloquio>

<https://www.adecco.it/come-trovare-lavoro/come-affrontare-un-colloquio>

- Attivare uno stato d'animo potenziante



Brillante al quadrato

(ricrea la sensazione che ti serve)



- Immagina di fronte a te, in terra, un quadrato colorato, del colore che secondo te corrisponde alla caratteristica che ti serve in questo momento (es. rosso: determinazione)
- Immaginati in piedi dentro al quadrato, come saresti se fossi massimamente determinato, con il pieno controllo delle tue sensazioni.
 - Che aspetto avresti?
 - L'espressione del viso, la postura, come respiri, la luce nello sguardo, la scioltezza dei movimenti
- Quando sei pronto, **immagina** di entrare nel quadrato e nella tua figura che sta là, come se indossassi vestiti nuovi. Entra nel tuo te stesso determinato, ascolta con le sue orecchie, guarda con i suoi occhi, prova le sensazioni dentro il suo corpo.
- Ora fallo davvero, entra nel quadrato, chiudi gli occhi, sentiti riempire di forza e determinazione.
- Dopo qualche minuto , esci dal quadrato.
- Ripeti la procedura per 5 volte

Come preparare il colloquio di selezione



Come curare il look: regole generali

- La prima impressione conta
- Adattati all'ambiente, senza esagerare
- Attenzione ai dettagli: stira tutto, lucida tutto, incluse scarpe e unghie
- Fai le prove: devi sentirti a tuo agio
- NB. Attenti agli odori...

<https://www.adecco.it/come-trovare-lavoro/entries/prima-del-colloquio-consigli-video>

<https://www.alfemminile.com/consigli-moda-look/come-vestirsi-per-un-colloquio-di-lavoro-s1125096.html>

<https://www.adecco.it/come-trovare-lavoro/colloquio-di-lavoro-come-vestirsi>

Esercitazione

- Scegliamo una delle 4 offerte di Porta Futuro
- Un volontario farà il colloquio, gli altri ascolteranno e daranno feedback.

Essere efficaci e sintetici in un'autopresentazione



1. Evidenziare le proprie esperienze curriculari: lo *storytelling* del proprio cv

- Trovare i punti di connessione tra le proprie esperienze e la mansione proposta (usa anche i tuoi hobby e le tue passioni)
- Evidenziare i propri obiettivi di crescita personale e professionale
- Provare e riprovare un'autopresentazione efficace ed originale che metta in evidenza le vostre caratteristiche

2. Evidenziare i propri punti di forza e «disinnescare» i punti di debolezza

- preparare le possibili reazioni allo stress delle domande su ste stessi
- capire quali potrebbero essere i nostri limiti e trovare delle soluzioni per neutralizzarli
- usare l'intelligenza emotiva e l'empatia

Conclusioni?



Questionari vari...facciamoli ora!



- Test di orientamento in ingresso
- Questionario di apprendimento
- Questionario di gradimento

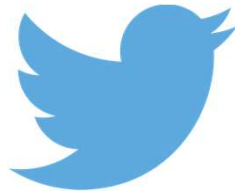
Compito per casa

- HAI GIA' UN'OFFERTA DI LAVORO CHE POTREBBE INTERESSARTI? Usiamola per imparare...Applica quanto detto!
- Se non ce l'hai, puoi cercarla qua (alcuni siti...)
- <https://portafuturo Lazio.it/cittadini/offerte-di-lavoro.aspx>
- <https://www.infojobs.it/offerte-lavoro/lazio-roma>
- <http://spaziolavoro.regione.lazio.it/pages/lavoro/offerte-di-lavoro/bacheca>

Seguici sui social



/portafuturo lazio



@pf_lazio



pflazio



Le slide possono essere richieste inviando una email a info@portafuturolazio.it

Grazie per l'attenzione
www.portafuturolazio.it