

PREVENZIONE AL CONTRASTO DEI FENOMENI DI CYBERBULLISMO DI CUI ALLA LEGGE 71/2017



GHOST ENEMY



Non esiste il CV perfetto, ma si può utilizzare un modello di curriculum vitae efficace e competitivo. Crea il tuo CV facilmente con i nostri consigli e template!

Il [curriculum vitae](#) è il **biglietto da visita di ogni candidato**. Bene, uno dei motivi per cui viene fatto questo paragone è perché molto spesso i selezionatori lo trattano come tale, gli danno cioè un'occhiata veloce e se niente li colpisce passano al successivo. È quindi estremamente importante prendersi il tempo necessario per scriverlo al meglio, **comunicando in maniera chiara le proprie esperienze** professionali e formative, e mettendo in evidenza sia il proprio valore aggiunto che le ambizioni lavorative. Non è necessario avere competenze particolari per creare un buon CV: anche utilizzando dei semplici modelli di curriculum vitae oggi facilmente reperibili online potrai fare un ottimo lavoro, a patto che curi molto bene i contenuti e la **struttura del documento**.



Ghost Enemy

- La struttura del curriculum e i contenuti “must have”

Non esiste un CV perfetto o un modello di curriculum infallibile, soprattutto perché è importante **differenziare e personalizzare il documento** in base alla candidatura e al proprio profilo. Certamente si può individuare **un buon esempio di curriculum vitae** da cui prendere spunto. In particolare, è importante che il CV sia **sintetico** (2-3 pagine al massimo) ma allo stesso tempo **esaustivo**. Deve infatti permettere al recruiter di identificarti sia dal punto di vista personale che professionale. Inoltre, il tuo curriculum deve avere una **struttura chiara e definita** che possa **agevolare la lettura** e rendere immediatamente individuabili le informazioni più importanti.

Un buon CV risponde sempre a questi punti:

Chi sei: oltre ai dati anagrafici e ai contatti, è importante che il tuo curriculum trasmetta informazioni sulla tua personalità e sulle tue competenze “soft”. Per imparare a comunicare al meglio le tue attitudini e capacità personali consulta la nostra guida alle soft skills.

Da dove vieni: qual è stato il tuo percorso formativo? Quali le tue esperienze professionali pregresse? In che contesti hai lavorato?

Cosa sai: che cosa hai imparato durante il percorso scolastico? Quali competenze hai acquisito lavorando?

Cosa hai fatto: quali ruoli e mansioni hai ricoperto? Quali erano i tuoi compiti specifici?

Cosa vuoi fare: in quale ruolo ti immagini in futuro? Quali sono i tuoi obiettivi professionali?



- Il modello di curriculum vitae che ti consigliamo di seguire:

Dati personali: nome, cognome, residenza/domicilio, recapiti (e-mail, telefono, eventuali account social e sito web). I dati personali vanno sempre inseriti all'inizio del curriculum, accanto alla foto (se presente).

Esperienze professionali: dalla più recente alla meno recente, anche di stage. Se hai molte esperienze lavorative, tendi a privilegiare le più recenti oppure le più significative per il tipo di posizione per la quale ti stai candidando.

Esperienze formative: dalla più recente alla più datata. Fra le esperienze formative puoi indicare master e corsi, oltre al classico percorso scolastico e universitario. Se non hai esperienze lavorative rilevanti perché, ad esempio, stai ancora studiando o sei neolaureato o neodiplomato, puoi decidere di valorizzare maggiormente il tuo percorso formativo inserendolo come primo elemento nel CV (consulta il modello di curriculum che abbiamo dedicato agli studenti e ai giovani alla prima esperienza lavorativa: lo trovi alla fine di questa guida)

Conoscenze linguistiche: indica quali lingue conosci e a che livello, con eventuali attestati o menzione a periodi di studio o lavoro all'estero.

Conoscenze tecniche: qui si inseriscono tutte le competenze, ad esempio, informatiche, grafiche, ecc...

Obiettivi e ambizioni professionali: bastano poche righe motivazionali per far capire al recruiter il motivo per cui ti stai candidando e come vedi te stesso nel futuro. Puoi scegliere di inserire questa parte nella lettera di presentazione, limitandoti a una breve descrizione del tuo profilo nel CV, con indicazione della mansione desiderata. Indicare già nel curriculum vitae quelle che sono le tue ambizioni professionali è un elemento imprescindibile: non solo dimostra che hai le idee chiare sul tuo percorso lavorativo, ma orienta anche la lettura del selezionatore.

Consenso al trattamento dei dati personali: non dimenticarti di aggiungere l'autorizzazione all'utilizzo dei dati e delle informazioni personali che indicherai sul CV. Puoi utilizzare questa formula:



Ghost Enemy

- Il modello di curriculum vitae che ti consigliamo di seguire:

“Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all’art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all’art. 13 del Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali.”

Ricorda anche di firmare il curriculum in corrispondenza di questa frase. Maggiori dettagli circa la tua figura, il tuo percorso di studi e di carriera, i tuoi obiettivi e le tue aspirazioni possono essere inseriti nella [lettera di presentazione](#), un documento **complementare al curriculum vitae** e altrettanto importante.



- Curriculum vitae: esempi e modelli da scaricare

Creare il tuo CV potrebbe sembrarti un'operazione non semplice, ma con i giusti accorgimenti farai un ottimo lavoro. Per iniziare, puoi **prendere ispirazione dai modelli e dagli esempi di curriculum** che trovi di seguito, o fare approfondimenti sulle tipologie di curriculum più diffuse.

Ecco alcuni **modelli di CV da compilare** che abbiamo studiato per diversi profili professionali: scarica il format di curriculum vitae più adatto alle tue esigenze e completalo con le tue informazioni personali ed esperienze lavorative.

[Curriculum vitae per studenti](#): un formato di CV particolarmente **adatto a neodiplomati e neolaureati**, oppure a pCV in cui mettere in risalto le proprie **soft skills e competenze linguistiche**, indispensabili per lavorare in ambito moda e retail.

[Curriculum per profili operai](#): un **curriculum diretto ed efficace** adatto alle mansioni nel ramo della produzione, adattabile per tutti i tipi di mansioni.

[Curriculum vitae creativo](#): un **modello di CV originale**, ideale per mansioni più orientate all'utilizzo di competenze artistiche e creative.

persone che studiano e sono alla ricerca della loro **prima esperienza lavorativa**.

[Curriculum vitae per impiegati](#): un **modello di curriculum vitae sobrio e professionale**, particolarmente indicato per profili impiegatizi.

[Curriculum vitae per commessi](#): un format di [Curriculum vitae semplice](#): un **template di curriculum molto versatile**, adattabile a diverse mansioni.



- Curriculum vitae: esempi e modelli da scaricare

Per diverse candidature, potrebbero esserti necessari diversi tipi di CV: spesso le aziende si riservano di richiedere ai candidati una presentazione in una determinata modalità. Oltre al curriculum in italiano, potresti quindi avere bisogno di un CV in lingua inglese, oppure un curriculum in formato europeo, o ancora di una presentazione personale in formato video. Per saperne di più consulta uno dei seguenti articoli dedicati alle **diverse tipologie di CV:**

[Curriculum Europass](#) [Curriculum in inglese](#) [Video CV](#)



- Curriculum formato europeo o Europass: come crearlo

Se non te ne fossi accorto, anche il tuo CV è un prodotto: cosa aspetti a farlo circolare in tutta Europa? Il **curriculum vitae europeo** è infatti il tuo biglietto da visita oltre confine. Il **formato Europass** però è molto popolare e ampiamente utilizzato anche in Italia. D'altra parte non è sufficiente trovare online i modelli di curriculum vitae europeo da compilare ed inserire semplicemente le proprie informazioni personali. Perché sia davvero efficace e possa renderti davvero competitivo, anche il curriculum vitae formato europeo deve essere molto curato nei contenuti e nei dettagli.



- Che cos'è il curriculum formato europeo o Europass

Il curriculum vitae europeo, chiamato anche Europass, è un formato introdotto nel 2002 dalla Commissione Europea: si tratta di un **modello di CV standard** volto a omogeneizzare i curriculum vitae appunto a livello europeo, fornendo ai cittadini europei uno strumento utile per valorizzare le proprie competenze, **da usare nel territorio dell'Unione Europea**. Tuttavia, a meno che non sia espressamente richiesto dall'azienda o dall'ente che pubblica offerte di lavoro, non è obbligatorio usare questo tipo di CV. Molto schematico, il curriculum vitae europeo può fornire una traccia utile se sei un candidato alle prime armi, ma non sempre si presta a descrivere nella maniera migliore tutti i profili e percorsi professionali.



- A chi conviene utilizzare il CV europeo?

Questo tipo di curriculum vitae presenta una struttura “a griglia”, molto semplice e lineare. Se non hai alle spalle periodi di inattività, questo formato ti consente di evidenziare la continuità lavorativa e le diverse mansioni che hai svolto. È utile, inoltre, anche per coloro che hanno un percorso lineare, senza molte esperienze di lavoro e di studio. Naturalmente è anche utile per chi sta valutando l’idea di [cercare lavoro all’estero](#), in territorio europeo.



- A chi non conviene utilizzare il CV europass?

Il CV europeo può risultarti molto scomodo se hai accumulato numerose esperienze professionali e formative. La sua struttura è piuttosto lunga, e questo può essere un problema se vuoi condensare tutte le tue esperienze in una o due pagine, come invece sarebbe opportuno.

Inoltre, trattandosi di un modello predefinito, il curriculum Europass non risulta sempre la soluzione ottimale per approfondire le specificità del proprio percorso, dato che limita fortemente la personalizzazione del profilo professionale. Avere un curriculum vitae personalizzato (magari a partire da un [modello di CV standard](#)), infatti, è un buon biglietto da visita e consente di porsi in evidenza tra molti, e di mettere l'accento sulle peculiarità del percorso professionale.



Ghost Enemy

■ La struttura del curriculum formato europeo

È importante **compilare il curriculum vitae europeo con precisione**, cercando di riempire tutti i campi richiesti. Questo faciliterà chi si occupa della selezione a cogliere i dettagli del tuo profilo e a condurre il colloquio.

Ecco come si presenta **la struttura del curriculum europeo**:

Informazioni personali: nome, cognome, domicilio o residenza, data di nascita ed eventuale sito web, e – indispensabili– i riferimenti per essere ricontattati (e-mail, telefono).

Esperienza lavorativa: in quest'area vanno indicate, dalla più recente alla meno recente, le esperienze di lavoro, il periodo di svolgimento, le principali mansioni e responsabilità.

Istruzione e formazione: questa sezione deve contenere le informazioni sugli studi svolti, dai più recenti. Utile anche indicare corsi brevi coerenti con la propria professione o quella che si desidera ricoprire.

Conoscenza delle lingue: a questa voce vanno indicate la conoscenza delle lingue straniere (scritte, parlate e comprensione).

Competenze informatiche: ad esempio la conoscenza del Pacchetto Office e di Photoshop).

Capacità e competenze relazionali: indicare in questo spazio le capacità di relazione interpersonale acquisite e maturate, utili in contesti professionali.

Capacità e competenze organizzative: ad esempio legate alla gestione di un team, ma anche alla gestione di compiti e scadenze.

Capacità e competenze tecniche: come quelle utili in particolari professioni di tipo tecnico.

Capacità e competenze artistiche: se d'interesse per il tipo di posizione per cui ci si candida, indicare le competenze creative e sviluppate in ambito artistico (es. spettacolo, pittura, ecc).

Altre capacità e competenze: skill e corsi frequentati che hanno consentito di acquisire competenze ulteriori (es. falegnameria).

Patente o patenti.

Ulteriori informazioni: in questa sezione è possibile indicare le pubblicazioni, i seminari tenuti, i premi ricevuti.

Allegati: è possibile allegare documenti utili come l'attestazione delle lauree o delle qualifiche conseguite e l'attestazione del datore di lavoro.



Ghost Enemy

- Il curriculum vitae europeo da compilare

Per compilare il curriculum vitae europeo in pochi passi è possibile scaricare il modello sul sito [Europass](#), dove si trovano anche le istruzioni e altri documenti utili per presentare le proprie competenze e qualifiche professionali. Ricordati che, a partire dal modello di cv europeo, potrai anche creare un curriculum personalizzato in formato diverso, utilizzando le voci indicate nel formato Europass come esempio. Non dimenticare di creare un'efficace [lettera di presentazione](#) per accompagnare il tuo CV in Italia, o di scrivere una [cover letter in inglese](#) se il tuo curriculum europeo ti servirà per trovare lavoro all'estero.



- Curriculum in inglese

Sei pronto a inseguire i tuoi sogni anche al di fuori del tuo Paese? Questa è una domanda fondamentale. Ma soprattutto, hai idea di come muoverti? Prima di tutto, per [cercare lavoro all'estero](#) è necessario che tu abbia un CV in inglese. Questo documento può essere un [curriculum modello standard](#) oppure un [curriculum europeo](#) in inglese. L'importante è che sia ben redatto, strategico e quindi in grado di renderti competitivo.

- CV in inglese: il tuo passe-partout per trovare lavoro all'estero

Come anticipato, se vuoi lavorare all'estero, il primo passo consiste naturalmente nella preparazione del curriculum in inglese. È fondamentale che il testo sia corretto sia da un punto di vista grammaticale che sintattico. Una mera traduzione del tuo CV italiano non è sufficiente.

La premessa per la buona riuscita del tuo CV in inglese è quindi una buona padronanza della lingua. Oltre al curriculum, dovrai preparare una [lettera di presentazione in inglese](#) con la stessa cura e la stessa correttezza dal punto di vista grammaticale e lessicale.





■ Curriculum in inglese, come iniziare?

L'inglese può sembrare una lingua facile, ma tra false friends, modi di dire e ardite traduzioni letterali, l'errore è sempre dietro l'angolo. Quindi, prima di metterti all'opera nella stesura del tuo CV inglese ripassa la lingua, segui i [consigli utili per scrivere un curriculum vitae](#), e soprattutto tieni a mente questi importanti suggerimenti:

Preferire le forme attive a quelle passive e i phrasal verbs ove possibile

Distinguere tra Abilities (ovvero capacità e talenti naturali o acquisiti), Achievements

(traguardi personali) e Responsibilities (funzioni tipiche del ruolo ricoperto) Mantenere coerenza nel testo (es. usare, in un paragrafo, la stessa forma verbale) Non dimenticare di inserire la nazionalità di provenienza

Essere concisi e sintetici

Essere positivi: evidenziare i propri successi e punti di forza, specialmente nella prima parte del CV, dove l'attenzione del recruiter tende a focalizzarsi maggiormente Data di nascita: non è richiesto, per chi cerca lavoro nel Regno Unito, indicarla

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

