

Curriculum vitae La costruzione del curriculum vitae

Il curriculum vitae è il documento nel quale annotiamo il nostro percorso formativo e professionale.

È lo strumento attraverso il quale ci presentiamo nel mondo del lavoro e questo è il motivo che spiega la sua importanza.

È importante disporre di una memoria completa di tutte le esperienze svolte, sia formative sia professionali; in fase di divulgazione del c.v. è importante selezionare queste informazioni in relazione al soggetto verso il quale la candidatura è rivolta.

In generale, è normale che il c.v. presenti l'insieme delle esperienze professionali svolte, talvolta può essere opportuno sintetizzare e fare riferimento a ciò che si ritiene essenziale ai fini della valutazione.

Il curriculum vitae potrà essere strutturato graficamente in modo diverso in relazione alle preferenze e al senso estetico di ciascuno ma dovrà necessariamente contenere:

- Le informazioni di carattere anagrafico;
- Una ricostruzione del percorso scolastico;
- Le attività di formazione extra scolastica;
- Il percorso delle esperienze professionali;
- Le informazioni sulla conoscenza delle lingue straniere;
- Le informazioni sulle conoscenze informatiche;
- Informazioni sugli interessi extra professionali;
- Indicazioni sulle aree professionali nelle quali si ritiene di poter intervenire.

Il c.v. va firmato e deve contenere una dichiarazione che autorizzi il destinatario al trattamento ed all'archiviazione dei dati personali ai sensi del Decreto legislativo 196/2003. In caso contrario, il datore di lavoro non potrebbe neppure conservare il documento.

Considerate che la costruzione del curriculum vitae è anche un'occasione per conoscere meglio noi stessi, attraverso un lavoro di autovalutazione.

Non pensate al c.v. solo come ad uno strumento di marketing di voi stessi o di autopromozione; è anche lo strumento che serve a capire cosa si è fatto e a rileggere le proprie esperienze. Quanto più sarete chiari verso voi stessi quanto meglio vi presenterete ai potenziali datori di lavoro.

Suggeriamo, a questo proposito, la consultazione delle schede di questo sito dedicate all'orientamento.

Riguardo alla diffusione del c.v. leggete anche la scheda sulla "lettera di autocandidatura e sul colloquio di lavoro" e la scheda su "I canali per la ricerca del lavoro".