

CAREER PILLS: i consigli del Career Service

Pillola 1 | Il tuo CV: il primo passo verso il successo

Il Curriculum Vitae non è un semplice elenco di esami, voti o titoli: è il tuo vero **biglietto da visita**. È lo strumento chiave per catturare l'attenzione dei selezionatori e raccontare chi sei, cosa sai fare e quali sono le tue aspirazioni professionali.

Quale formato scegliere?

- **Il Curriculum Europeo (Europass):** lo standard ufficiale in Europa. Chiaro, schematico, perfetto per concorsi pubblici, posizioni istituzionali o per candidarti all'estero.

🔗 **Link utile:** [Compila e scarica gratis il tuo Europass sul sito ufficiale](#)

- **Il Curriculum personalizzato (infografico):** libero da schemi rigidi, ti permette di curare la grafica e i colori per esprimere la tua personalità. È il formato più apprezzato dalle aziende private.

Le 6 regole d'oro per un CV che fa centro

1. **Sii sintetico:** massimo due pagine. La brevità è un superpotere.
2. **Cura la leggibilità:** usa font puliti, grassetto per i punti chiave ed elenchi puntati per facilitare la lettura veloce.
3. **Personalizza:** adatta i contenuti del tuo CV in base all'azienda o alla posizione per cui ti candidi.
4. **Resta aggiornato:** inserisci subito i tuoi ultimi traguardi, progetti di tesi, tirocini o corsi di specializzazione post-laurea.
5. **Sii sincero:** l'onestà ripaga sempre. Evita di ingigantire le tue competenze (specie quelle linguistiche o informatiche), verranno verificate al colloquio!
6. **Inserisci la Privacy:** in fondo al testo, ricordati sempre di autorizzare il trattamento dei dati personali (es. "*Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del D. Lgs. 196/2003 e del GDPR Regolamento UE 2016/679*"), altrimenti le aziende non potranno ricontattarti.

Facciamo un esempio pratico:

Come descrivere un progetto universitario o un tirocinio: non limitarti a scrivere solo il titolo dell'attività o il nome dell'azienda. Usa la formula **Azione + Risultato senza enfaticizzare eccessivamente**.

- **✗ Noioso:** *Ho svolto uno stage in azienda.*
- **Efficace:** *Sviluppo di un progetto di gruppo per l'ottimizzazione della supply chain di un caso aziendale reale. Ruolo: Team Leader del gruppo (5 persone). Competenza acquisita: utilizzo del software e gestione delle scadenze di consegna.*

Pillola 2 | La lettera di presentazione: racconta la tua storia

La lettera di presentazione integra il tuo CV. Non devi fare un riassunto delle tue esperienze, ma devi far capire al selezionatore chi sei, cosa ti motiva e perché dovrebbero scegliere proprio te.

Adatta la lettera al tuo obiettivo

- **In risposta a un annuncio:** concentrati sul perché il tuo profilo è perfetto per quella specifica posizione, collegando le tue competenze (accademiche o sul campo) ai requisiti richiesti.
- **Autocandidatura spontanea:** mostra proattività. Spiega perché ammiri quell'azienda e in che modo le tue idee o la tua energia possono essere un valore aggiunto per loro.

Consigli rapidi per scriverla bene

- **Massimo mezza pagina:** vai dritto al punto, non serve dilungarsi.
- **Usa la prima persona:** scrivi in modo naturale ("Mi piacerebbe collaborare...", "Durante il mio percorso ho sviluppato..."). Evita formule troppo fredde o burocratiche.
- **Zero errori:** rileggi con attenzione. Un testo senza refusi dimostra che ci tieni davvero.

Facciamo un esempio pratico:

Come catturare l'attenzione nell'incipit (evitando il copia-incolla):

- **✗ Noioso / Standard:** *Spettabile Azienda, con la presente invio il mio CV in allegato per la posizione in oggetto. Cordiali saluti.* (Troppo freddo, sembra un messaggio automatico).
- **Efficace (In risposta a un annuncio):** *Gentile Team di Selezione, sono un laureato in Ingegneria Meccanica presso il Politecnico di Bari e ho letto con grande entusiasmo la vostra posizione aperta per Junior Energy Engineer. Seguo da tempo i vostri progetti legati alla sostenibilità industriale e credo che le competenze sviluppate durante la mia tesi in.....possano offrire un contributo concreto e immediato al vostro team.*

Pillola 3 | L'Assessment: quando il colloquio diventa un'esperienza di gruppo

L'Assessment è una simulazione sul campo, utilizzata molto spesso dalle grandi aziende per le selezioni di profili junior e senior. Passerai una o più giornate insieme ad altri candidati (di solito 5-10) affrontando sfide individuali e di squadra.

Cosa guardano davvero i recruiter? Non cercano il "vincitore" della prova, ma osservano come ti comporti mentre la fai. Valutano la tua capacità di fare squadra, come gestisci il tempo e la tua reazione se i piani saltano all'ultimo minuto.

Le regole d'oro per superarlo

- **Sii te stesso:** fingere per ore è impossibile. L'autenticità ripaga sempre.
- **Ascolta e collabora:** non serve prevaricare gli altri per farsi notare. Un vero leader sa ascoltare e valorizzare il gruppo.
- **Resetta la mente:** un esercizio è andato male? Volta pagina e dai il massimo in quello successivo.

Facciamo un esempio pratico:

La prova tipica

1. L'azienda in crisi

I *recruiter* vi dividono in piccoli gruppi, vi consegnano la scheda di un'azienda in crisi e vi danno 30 minuti per trovare una strategia comune.

Obiettivo: scegliere chi mantenere e chi licenziare, spiegando i criteri adottati.

2. L'isola deserta / La scialuppa di salvataggio

Risorse limitate e passeggeri con caratteristiche diverse.

Obiettivo: raggiungere un consenso unanime del gruppo sulle priorità di salvataggio e motivare le decisioni.

- **✗ L'errore da evitare:** Interrompere i colleghi per imporre la tua idea solo per mostrare autorità.
- **La mossa vincente:** Dire qualcosa come: *"La tua idea sulla logistica è ottima, che ne dite se la colleghiamo alla proposta che ha fatto prima il nostro collega sul budget? Vi va se tengo io il conto del tempo per non sforare i 30 minuti?"*. In un colpo solo hai dimostrato ascolto attivo, orientamento all'obiettivo e capacità organizzativa.

Pillola 4 | Il tuo profilo LinkedIn in 6 mosse

LinkedIn non è un semplice database di CV online, è il tuo **hub professionale digitale**. Curarlo significa farti trovare dai *recruiter* prima ancora che pubblicino un annuncio.

La Checklist per un profilo perfetto

- **Profilo completo al 100%:** l'algoritmo premia chi non lascia sezioni in bianco.
- **La foto giusta:** primo piano, sfondo neutro, un bel sorriso. No ai selfie al mare o a ritagli di foto di gruppo.
- **Usa le Keywords:** scegli 3 o 4 parole chiave tecniche del tuo settore e inseriscile nel tuo sommario e nelle descrizioni.
- **Fai rete con criterio:** collegati con i colleghi di corso, con i docenti e con i professionisti incontrati agli eventi del Poliba.
- **Sii attivo:** commenta i post del tuo settore e condividi i tuoi traguardi (laurea, master, certificazioni o progetti).
- **Gentilezza e chiarezza:** usa sempre un tono professionale e rispettoso nei messaggi privati.

Facciamo qualche esempio pratico:

Esempio 1: Il Sommario

✗ Generico: *Laureato presso Poliba* (Non dice molto su di te).

- **Efficace:** *Laureato in Ingegneria Gestionale | Data Analysis & Supply Chain appassionato di Project Management* (i *recruiter* ti troveranno subito cercando queste competenze).

Esempio 2: il messaggio di collegamento. Quando chiedi il contatto a un professionista o a un recruiter dopo un Career Day, non mandare mai la richiesta vuota.

- **Scrivi un messaggio breve così:** *"Buongiorno Dott.ssa..., sono uno laureando/laureato del Corso di Laurea in.... del Politecnico di Bari. Ho seguito con molto interesse il Suo intervento durante l'ultimo Career Day e mi farebbe molto piacere entrare a far parte della Sua rete professionale. Buona giornata!"*

Esempio 3: un post per farsi notare. Non avere paura di pubblicare contenuti, usa le tue tappe universitarie fondamentali (come il traguardo della laurea o la fine di un tirocinio) per fare *personal branding*.

- **Cosa scrivere:** un breve post in cui racconti il valore del tuo progetto di tesi o dell'esperienza in azienda, ringraziando chi ti ha supportato (relatore, colleghi, tutor aziendali) ed evidenziando quali software, metodologie o soft skill hai imparato a usare sul campo.

Pillola 5 | Prima del colloquio: la fase della preparazione

Il colloquio di selezione rappresenta uno dei momenti più importanti dell'intero percorso di candidatura. Non si tratta soltanto di un incontro formale, ma di un'occasione concreta per mettere in evidenza le tue competenze, attitudini e potenzialità. Il selezionatore cerca di comprendere non solo ciò che sai fare, ma anche come affronti le sfide, quali valori possiedi e come potresti integrarti nel team. Affrontarlo con consapevolezza significa prepararsi mentalmente e tecnicamente per ridurre ansia e improvvisazione.

Le regole d'oro per prepararsi al meglio

- **✓ Rivedi il tuo CV:** il curriculum è il punto di partenza del colloquio. Rileggilo attentamente e preparati a spiegare il tuo percorso, le scelte di studio e le prime in modo coerente. Ricorda la regola d'oro del CV: non ingigantire le tue competenze, perché verranno verificate proprio in questa fase!
- **✓ Prepara una presentazione personale efficace:** alla classica richiesta "Mi parli di lei", non ripetere il CV a memoria. Costruisci un racconto chiaro e coinvolgente che includa formazione, esperienze rilevanti, competenze e obiettivi futuri, valorizzando la tua motivazione. Esercitati a voce alta per mantenere un tono naturale.
- **✓ Informati sull'azienda e sul ruolo:** conoscere la realtà aziendale è un segnale di forte interesse. Approfondisci il settore, la missione, i valori, i prodotti e gli ultimi progetti dell'azienda. Questo ti permetterà di rispondere in modo mirato e di porre quesiti pertinenti a tua volta.
- **✓ Rifletti sulle tue motivazioni:** il selezionatore vuole capire perché hai scelto proprio loro. Chiediti cosa ti spinge a candidarti, quali obiettivi vuoi raggiungere e che contributo puoi offrire. Risposte autentiche e ben ragionate trasmettono sempre grande entusiasmo.

Facciamo un esempio pratico:

Come rispondere alla temuta domanda "Mi parli di lei" senza sembrare un robot:

- **✗ Noioso:** *Mi sono laureato in ingegneria tre mesi fa, ho fatto un tirocinio di sei mesi in azienda facendo analisi dati e ora sto cercando la mia prima vera occupazione. (Piatto, si limita a riassumere il CV senza aggiungere valore).*
- **● Efficace:** *Durante i miei studi in ingegneria ho scoperto una forte propensione per l'analisi dei dati, che ho messo alla prova nel mio ultimo tirocinio sviluppando un modello per ottimizzare un processo interno. Sono una persona molto orientata all'obiettivo e oggi cerco una realtà dinamica e innovativa come la vostra, dove poter unire le mie basi tecniche alla mia voglia di lavorare in team per crescere professionalmente. (Naturale, racconta una storia e collega le esperienze passate all'opportunità futura).*

Pillola 6 | Durante il colloquio: la forza della comunicazione e gli errori da evitare

Non vivere il colloquio come un esame, ma come un'opportunità di confronto. Non conta soltanto cosa dici, ma anche il modo in cui lo comunichi.

Le regole d'oro per gestire il colloquio

- **✓ Cura la prima impressione e la puntualità:** arrivare con qualche minuto di anticipo dimostra organizzazione. Saluta con educazione, sorridi e scegli un abbigliamento adeguato al contesto.
- **✓ Comunica in modo efficace:** Ascolta le domande e motiva le risposte con esempi pratici (progetti di tesi, lavori di gruppo). Mantieni il contatto visivo e una postura aperta.
- **✓ Mostra positività e disponibilità:** le aziende cercano persone non solo competenti, ma anche collaborative e aperte all'apprendimento. Trasmettere entusiasmo, flessibilità davanti alle sfide e voglia di crescere può fare la differenza, anche quando non si possiedono ancora tutte le competenze tecniche.
- **✓ Gestisci l'emotività e frena l'arroganza:** mantieni la calma ed evita gesti compulsivi (giocherellare con oggetti, muovere continuamente le gambe) che trasmettono insicurezza. Allo stesso tempo, mostra autostima ma sempre con umiltà: un atteggiamento polemico comprometterà la selezione.
- **✓ Sii sincero e costruttivo:** Inventare competenze è controproducente. Inoltre, non parlare mai negativamente di precedenti esperienze di studio o di lavoro: criticare il passato trasmette scarsa professionalità.

Facciamo un esempio pratico:

Come raccontare un'esperienza difficile passata senza sembrare polemico:

- **✗ L'errore da evitare:** *Voglio cambiare lavoro perché nel mio vecchio gruppo di ricerca non si riusciva a fare niente, i compagni erano disorganizzati, il professore era assente e dovevo fare tutto io (Polemico, trasmette negatività e scarsa predisposizione al team).*
- **● La mossa vincente:** *Il mio ultimo progetto è stato sfidante dal punto di vista organizzativo; mi ha insegnato molto sulla gestione degli imprevisti e sul mantenere la calma sotto pressione. Ora cerco un contesto più strutturato e orientato al vero lavoro di squadra, dove poter mettere a frutto queste capacità. (Costruttivo, trasforma una difficoltà in un apprendimento e mostra un atteggiamento propositivo e resiliente).*

Hai bisogno di supporto personalizzato?

Non sei sicuro della grafica del tuo CV o di come impostare il tuo profilo LinkedIn?

Il Career Service del Poliba supporta studenti e laureati organizzando periodicamente sessioni di revisione individuale e simulazioni di colloquio. **[Prenota subito un appuntamento con il nostro team]** <https://poliba.jobteaser.com/>.