orientation
orientamento
berufsberatung
.ch

Prepararsi a scegliere
una professione

Chi si prepara bene al colloquio di presentazione avrà successo

Durante lo stage d'orientamento o lo stage di selezione avete qualche giorno di tempo per dimostrare di essere capaci, motivati e pronti a impegnarvi. Il colloquio di presentazione dura circa mezz'ora. Nella maggior parte dei casi non sono previsti lavori pratici.

Se ricevete un invito a un colloquio, avete tutte le ragioni per rallegrarvi. Ma è la prima volta che vi trovate in questa situazione e non sapete ancora cosa vi aspetta. Vi consigliamo pertanto di prepararvi a questo colloquio in maniera mirata.
Le persone a voi vicine o i vostri docenti sono sicuramente disposti ad aiutarvi. I vostri genitori, ad esempio, sanno come si svolge un colloquio di presentazione: potrebbero per esempio fingere di essere i formatori e voi potrete esercitarvi a rispondere alle domande.



«Se vuoi ottenere un posto di tirocinio, devi mostrare interesse per la professione e per il tuo aspetto durante il colloquio, che deve essere adeguato alla professione e all'azienda.» ***Deborah***

Consigli
e suggerimenti per i genitori

Probabilmente voi stessi avete già fatto delle esperienze nel mondo del lavoro e sapete come si svolge un colloquio di presentazione o a che cosa bisogna prestare attenzione.

Raccontate ai vostri figli le esperienze da voi vissute e date loro dei consigli.

Fate finta di essere dei datori di lavoro e di dover assumere vostro figlio o vostra figlia. Esercitatevi insieme simulando dei colloqui di presentazione.

© 2024 SDBB | CSFO – orientamento.ch – 7a – Italienisch, italien, italiano

PREPARARSI AL COLLOQUIO

Ogni persona ha il proprio modo di rilassarsi: bere camomilla, fare respiri profondi e regolari, esercizi di rilassamento, ecc. Di certo anche voi avrete trovato un modo tutto vostro per distendervi.
È del tutto normale essere nervosi e ammetterlo durante il colloquio.
Indossate vestiti puliti, comodi e consoni all'ambiente professionale e al colloquio di presentazione. L'importante è che vi sentiate sicuri e a vostro agio.

DURANTE IL COLLOQUIO

- La prima impressione che date di voi è fondamentale: sorridete mentre salutate.
- Rivolgetevi alla persona che vi sta di fronte usando il suo cognome.
- Aspettate che vi sia offerto un posto a sedere.
- Sedetevi in posizione eretta e cercate di rilassarvi. La cosa migliore è posare i piedi per terra.
- Respirate ed espirate con calma.
- Guardate la persona che vi sta di fronte apertamente e direttamente negli occhi.
- Ascoltate con attenzione e rispondete con onestà alle domande che vi vengono poste.
- Non interrompete il vostro interlocutore mentre parla.
- Non fate gli spacconi né siate troppo modesti.
- Prendete appunti.
- Ponete domande.

CONCLUSIONE DEL COLLOQUIO

Anche l'ultima impressione rimane impressa nella memoria. L'ideale è terminare il colloquio con una domanda che esprima il vostro interesse:

- «Al momento è tutto chiaro, ma posso chiamarla nel caso in cui avessi altre domande?»
- «E ora, quale sarà il prossimo passo?»

Importante: ringraziate il vostro interlocutore per il colloquio.

«Essere invitata a un colloquio è stata una grande soddisfazione. Esercitarmi prima con la mia insegnante e poi con la mia famiglia mi è stato di grande aiuto. Nonostante fossi nervosissima, ho ottenuto la possibilità di svolgere uno stage d'orientamento e in seguito mi sono aggiudicata il posto di tirocinio.» ***Güler***



© 2024 SDBB | CSFO – orientamento.ch – 7a – Italienisch, italien, italiano